

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ВЕЛИКОЛУКСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»



УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе ВЛГАФК

Е.Ю. Андриянова

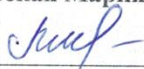
09.2025 г.

Кафедра *Теории и методики спортивных игр*
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности (спортивные игры)»

основной образовательной программы
среднего профессионального образования по специальности
49.02.01 Физическая культура
направленность - преподавание физической культуры по основным общеобразовательным
программам
квалификация - педагог по физической культуре и спорту»
Форма обучения очная

Автор-разработчик:
Поповская Мария Николаевна, кандидат биологических наук, доцент

Заведующий кафедрой ТиМ спортивных игр:
Поповская Мария Николаевна, кандидат биологических наук

 (подпись)

Заведующая библиотекой ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»:
Орлова Виалетта Викторовна

 (подпись)

Рецензенты:

Михайлова Екатерина Алексеевна, кандидат биологических наук, доцент, и.о.
заведующего кафедрой теории и методики лёгкой атлетики ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»

Поварещенков Сергей Николаевич, директор МАУ ДО «СШОР «Экспресс» г. Великие
Луки

Рецензия

на фонд оценочных средств рабочей программы дисциплины «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности (спортивные игры)» по специальности 49.02.01 «Физическая культура» (направленность – преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам)

Проведена экспертиза фонда оценочных средств (ФОС) рабочей программы дисциплины «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности (спортивные игры)» для обучающихся по специальности 49.02.01 «Физическая культура» (направленность - преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам), разработанного Поповской Марией Николаевной, доцентом кафедры теории и методики спортивных игр ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта».

На основании рассмотрения представленных на экспертизу материалов, сделаны следующие выводы:

1. Перечень формируемых компетенций, которыми должны овладеть обучающиеся в результате освоения дисциплины соответствуют ФГОС СПО по специальности 49.02.01 «Физическая культура».
2. Показатели и критерии оценивания компетенций, а также шкалы оценивания в целом обеспечивают возможность проведения всесторонней оценки результатов обучения и уровня сформированности компетенций.
3. Методические материалы ФОС содержат четко сформулированные рекомендации по проведению оценивания результатов обучения, сформированности компетенций.
4. Содержание ФОС соответствует направленности – преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам
5. По качеству оценочные средства ФОС в целом обеспечивают объективность и достоверность результат оценивания.

На основании проведенной экспертизы можно сделать заключение, что ФОС дисциплины «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности (спортивные игры)» по специальности 49.02.01 «Физическая культура» (направленность – преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам), соответствует содержанию указанной дисциплины и может быть рекомендована к использованию в учебном процессе при подготовке педагогов по физической культуре и спорту.

Рецензент:

Поварешенков Сергей Николаевич,

Директор МАУ ДО «Спортивная школа
олимпийского резерва «Экспресс»
10.12.2025



С.Н. Поварешенков

С.Н. Поварешенков

РЕЦЕНЗИЯ

на фонд оценочных средств (ФОС) по дисциплине «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности (спортивные игры)», реализуемой в ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта» для специальности 49.02.01 Физическая культура (направленность - преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам) в очной форме обучения

Представленный для рецензирования ФОС по дисциплине «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности (спортивные игры)» разработана доцентом кафедры теории и методики спортивных игр Поповской Марией Николаевной, для проверки освоения обучающимися планируемых результатов обучения, а именно следующих компетенций, содержащихся в соответствующем Федеральном государственном образовательном стандарте среднего профессионального образования и одновременно определённых основной профессиональной образовательной программой подготовки специалистов среднего звена ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» (ОПОП ПССЗ): ОК-04, ОК-08, ПК-3.1.

ФОС входит в состав рабочей программы дисциплины и содержит: показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины; индикаторы достижения компетенций со шкалой критериев их оценивания и уровнем их сформированности; перечень вопросов для промежуточной аттестации (зачёт), оценивающих знания; перечень вопросов/заданий для промежуточной аттестации (зачёт), оценивающих знания и умения; перечень практических заданий (кейсов, ситуационных задач, другого) на зачёте, необходимых для оценки умений и опыта деятельности; паспорт оценочных средств промежуточной аттестации; методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности при проведении промежуточной аттестации.

Проведённый анализ показал, что содержание фонда оценочных средств соответствует:

- ✓ профессиональному стандарту «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» (код 01.001);
- ✓ ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура;
- ✓ планируемым результатам, определённым в программе дисциплины «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности (спортивные игры)».

Для каждого индикатора достижения компетенции разработчиком определены критерии и средства оценивания знаний, умений и навыков (опыта деятельности).

Заключение. Представленный фонд оценочных средств по дисциплине «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности (спортивные игры)» позволяет оценить сформированность ОК-04, ОК-08, ПК-3.1 ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура, может применяться в учебном процессе.

Кандидат биологических наук, заведующий
кафедрой теории и методики легкой атлетики
ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»

Е.А. Михайлова

Подпись Е.А. Михайловой удостоверяю
Начальник отдела кадров ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»
08.12.2025

И.Г. Попланова



Оглавление

АННОТАЦИЯ	7
РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ	7
МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	8
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ	8
3.1. Очная форма обучения.....	8
СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.....	9
4.1. Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий	9
ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ	15
5.1.Перечень примерных вопросов и заданий для организации самостоятельной работы обучающегося	15
5.1.1. Очная форма обучения.....	15
5.2.Методические рекомендации к различным видам самостоятельной работы.....	19
5.3.Критерии оценки самостоятельной работы обучающегося	20
5.4.Критерии оценивания конспекта занятия (фрагмента занятия).....	20
5.5.Задание для учебной практики.....	23
6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ	24
6.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины	24
6.2. Индикаторы достижения компетенций по уровню их сформированности	24
6.3. Соотношение индикаторов достижения со шкалой критериев их оценивания и уровнем их сформированности	24
6.4. Методические материалы для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих формирование компетенций в процессе освоения образовательной программы	25
6.4.1. Перечень вопросов для промежуточной аттестации (зачёт), оценивающих знания ..	26
6.4.3. Перечень практических заданий (кейсов, ситуационных задач, другого) на зачёте/экзамене, необходимых для оценки умений и опыта деятельности	27
6.5. Паспорт оценочных средств промежуточной аттестации.....	29
6.6. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности при проведении промежуточной аттестации	30
7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	30
7.1. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ	30
7.1.1. Рекомендуемая литература (основная).....	30
7.1.2. Рекомендуемая литература (дополнительная).....	31
7.2. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет»	31
7.3. Программное обеспечение.....	32
7.4. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы	32
7.4.1. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы, доступные в локальной сети.....	32
7.4.2. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы, доступные в сети «Интернет» (заключены договора с ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»)	32
7.4.3. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы сети «Интернет» свободного доступа	32
8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.....	32
9. ХРОНОЛОГИЧЕСКИЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН лекций, лабораторных, практических и семинарских занятий по дисциплине	34
9.1. Очная форма обучения.....	34
ПРИЛОЖЕНИЕ №1	37

Примерные вопросы к контрольным работам в виде фонда оценочных средств для проведения диагностической работы с целью оценивания достижения результатов обучения	37
ПРИЛОЖЕНИЕ №2	45
Методические указания для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья....	45
ПРИЛОЖЕНИЕ №3	49
Тезисы лекций.....	49

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде

ОК 08.Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

ПК 3.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по физической культуре.

Код и наименование компетенции	Наименование индикатора достижения компетенции/ показателя освоения компетенции
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	Умения: организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности Знания: психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности
ОК 08.Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Умения: использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности Знания: роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; средства профилактики перенапряжения
ПК 3.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по физической культуре.	Навыки: определения цели и задач, планирования уроков физической культуры в соответствии с основной общеобразовательной программой планирования оптимальной двигательной деятельности обучающихся на уроках физической культуры в соответствии с темой и решаемыми задачами планированию последовательности освоения разделов учебного предмета «Физическая культура и физических упражнений в учебном году изучения и анализа нормативной и методической литературы и других источников информации для планирования уроков физической культуры разработки документов планирования физического воспитания. Умения: находить и использовать нормативную и методическую

<i>Практические занятия</i>	<i>всего</i>	24						24		
	<i>из них в форме практической подготовки</i>									
<i>Лабораторные работы</i>										
<i>Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)</i>								3		
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>		12						12		
<i>В том числе:</i>										
<i>Курсовая работа</i>										
<i>Расчётно-графические работы</i>										
<i>Рефераты</i>										
<i>Письменные самостоятельные работы</i>										
<i>Изучение теоретического материала</i>		8						8		
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>		4						4		
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>										
<i>Общая трудоёмкость (часы)</i>		44						44		

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Теоретическое обучение (лекции)	Практические занятия	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
6 семестр					
Раздел 1.Подвижные игры					
1	1.1. Спортивные и подвижные игры и их место в физической культуре.	2	-	-	2

2	1.2. Классификация подвижных игр и их применение в занятиях по физической культуре.	-	4	2	6
3	1.3. Форма учебно-тренировочной работы по подвижным играм. Конспект занятия по подвижным играм.	-	4	-	4
Раздел 2. Волейбол					
4	2.1. Общие основы развития теории спортивных игр (на примере волейбола).	2	-	2	4
5	2.2. Классификация техники игры в волейбол.	-	2	1	3
6	2.3. Обучение техническим приемам в волейбол.	2	6	2	10
Раздел 3. Баскетбол					
7	3.1. Общие основы развития теории спортивных игр (на примере баскетбола).	2	-	2	4
8	3.2. Классификация техники игры в баскетбол.	-	2	1	3
9	3.3. Обучение техническим приемам в баскетбол.	-	6	2	8
ИТОГО (в часах)		8	24	12	44

Темы и их краткое содержание Третий курс, шестой семестр

Раздел 1. Подвижные игры.

Тема 1.1. Спортивные и подвижные игры и их место в физической культуре.

Лекция № 1 (2 часа) Значение подвижных игр в системе физического воспитания. История развития подвижных игр в мире, России. Развитие новых видов спортивных игр. Педагогические требования к проведению подвижных игр в различных возрастных группах.

Тема 1.2. Классификация подвижных игр и их применение на занятиях по физической культуре.

Практическое занятие № 1-2 (4 часа) Классификация подвижных игр по П.Ф. Лесгафту. Роль подвижных игр на уроках физической культуры в школе. Особенности организации подвижных игр на уроках физической культуры в 1-4 классах, в 5-9 классах, в 10-11 классах. Особенности методических приемов при проведении подвижных игр на уроке физической культуры в школе.

Самостоятельная работа (2 часа) Подобрать подвижные игры (командную, некомандную) для каждой возрастной группы. Самостоятельный просмотр видеоматериалов. Изучить научно-методическую литературу по данной тематике. Подготовка к написанию контрольной работы № 1.

Тема 1.3. Форма учебно-тренировочной работы по подвижным играм. Конспект занятия по подвижным играм.

Практическое занятия № 1 (2 часа) Характеристика основных форм организации урока физической культуры. Структура, задачи и содержание частей занятия. Последовательность решения задач и распределение нагрузки. Техника безопасности на уроке физической культуры. Требования к написанию и оформлению и конспекта.

Практическое занятие № 2 (2 часа) Организационно-методические основы проведения урока по подвижным играм. Подбор подвижных игр и их комплексов, написание конспекта урока.

Изучение раздела направлено на приобретение:

знаний — психологических основ деятельности коллектива, психологических особенностей личности;

роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

основ здорового образа жизни;

условий профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;

средств профилактики перенапряжения;

значений, мест и основных исторических этапов становления учебного предмета «физическая культура» в отечественном образовании;

учебного предмета «физическая культура» в пределах требований федеральных образовательных стандартов общего образования и примерных основных образовательных программ;

требований и логики планирования учебного процесса по физической культуре;

общей цели и задач физического воспитания обучающихся и их конкретизации для школьников разного возрастного периода;

умений — организовывать работу коллектива и команды;

взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности;

использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;

пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности;

находить и использовать нормативную и методическую литературу и другие источники информации для планирования уроков физической культуры;

планировать учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой;

планировать двигательную деятельность обучающихся на уроках физической культуры с использованием наиболее оптимальных средств и методов в соответствии с требованиями программного материала, возрастными особенностями обучающихся, уровнем их физической подготовленности, состояния здоровья и организационными условиями занятий;

разрабатывать документы оперативного планирования уроков физической культуры в соответствии с методическими требованиями;

навыков - определения цели и задач, планирования уроков физической культуры в соответствии с основной общеобразовательной программой;

планирования оптимальной двигательной деятельности обучающихся на уроках физической культуры в соответствии с темой и решаемыми задачами;

планирования последовательности освоения разделов учебного предмета «Физическая культура и физических упражнений в учебном году»;

изучения и анализа нормативной и методической литературы и других источников информации для планирования уроков физической культуры;

разработки документов планирования физического воспитания.

Раздел 2. Волейбол.

Тема 2.1. Общие основы развития теории спортивных игр (на примере волейбола).

Лекция № 1 (2 часа) История возникновения и развития игры. Основные этапы развития волейбола. Современные тенденции развития волейбола. Виды волейбола. Общая характеристика игры. Основные правила игры.

Самостоятельная работа (2 часа) Изучить научно-методическую литературу по развитию волейбола в мире и России. Изучить новые виды волейбола. Подготовка к контрольной работе № 2.

Тема 2.2. Классификация техники игры в волейбол.

Практическое занятие № 1 (2 часа) Классификация техники игры в волейбол. Техника передвижений (бег, прыжки, остановки, повороты). Техника нападения (передачи мяча, подача, нападающий удар). Техника защиты (прием мяча, блокирование).

Самостоятельная работа (1 час) Фазовая структура технических приемов и ее педагогическое значение. Схематично изобразить классификацию техники игры в волейболе. Самостоятельный просмотр обучающих видео материалов. Изучение научно-методической литературы по данной теме. Подготовка к контрольной работе № 2.

Тема 2.3. Обучение техническим приемам в волейбол.

Лекция № 1 (2 часа) Методы обучения технике в спортивных играх. Приемы, способствующие упрощению и усложнению условий при изучении техники игры в спортивных играх. Типовая схема обучения технике игры.

Практическое занятие № 1-2 (4 часа) Анализ техники и методика обучения техническим приемам в волейболе. Типичные ошибки при обучении техническим приемам.

Практическое занятие № 3 (2 часа) Организационно-методические основы проведения урока физической культуры по волейболу. Подбор средств в соответствии с техническими задачами, написание фрагмента основной части конспекта урока.

Самостоятельная работа (2 часа) Написание фрагмента конспекта урока по физической культуре для проведения в соответствии с заданиями учебной практике. Подготовка к контрольной работе. Повторение лекционного материала и научно-методической литературы по данной теме.

Изучение раздела направлено на приобретение:

знаний – психологических основ деятельности коллектива, психологических особенностей личности;

роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

основ здорового образа жизни;

условий профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;

средств профилактики перенапряжения;

значений, мест и основных исторических этапов становления учебного предмета «физическая культура» в отечественном образовании;

учебного предмета «физическая культура» в пределах требований федеральных образовательных стандартов общего образования и примерных основных образовательных программ;

требований и логики планирования учебного процесса по физической культуре;

общей цели и задач физического воспитания обучающихся и их конкретизации для школьников разного возрастного периода;

умений – организовывать работу коллектива и команды;

взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности;

использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;

пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности;

находить и использовать нормативную и методическую литературу и другие источники информации для планирования уроков физической культуры;

планировать учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой;

планировать двигательную деятельность обучающихся на уроках физической культуры с использованием наиболее оптимальных средств и методов в соответствии с требованиями программного материала, возрастными особенностями обучающихся, уровнем их физической подготовленности, состояния здоровья и организационными условиями занятий;

разрабатывать документы оперативного планирования уроков физической культуры в соответствии с методическими требованиями;

навыков - определения цели и задач, планирования уроков физической культуры в соответствии с основной общеобразовательной программой;

планирования оптимальной двигательной деятельности обучающихся на уроках физической культуры в соответствии с темой и решаемыми задачами;

планированию последовательности освоения разделов учебного предмета «Физическая культура и физических упражнений в учебном году;

изучения и анализа нормативной и методической литературы и других источников информации для планирования уроков физической культуры;

разработки документов планирования физического воспитания.

Раздел 3. Баскетбол

Тема 3.1. Общие основы развития теории спортивных игр (на примере баскетбола).

Лекция № 1 (2 часа) История возникновения и развития игры. Основные этапы развития баскетбола. Современные тенденции развития баскетбола. Виды баскетбола. Общая характеристика игры. Основные правила игры.

Самостоятельная работа (2 часа) Изучить научно-методическую литературу по развитию баскетбола в мире и России. Изучить новые виды баскетбола. Подготовка к написанию контрольной работы № 1.

Тема 3.2. Классификация техники игры в баскетбол.

Практическое занятие № 1 (2 часа) Классификация техники игры в баскетбол. Техника нападения (техника передвижений, техника владения мячом (ловля мяча, передача мяча, броски мяча, ведение мяча)). Техника защиты (техника передвижений, техника противодействий и овладения мячом (выбивание, отбивание, накрывание, перехват, вырывание, взятие отскока)).

Самостоятельная работа (1 час) Фазовая структура технических приемов и ее педагогическое значение. Схематично изобразить классификацию техники игры в баскетбол. Самостоятельный просмотр обучающих видео материалов. Изучение научно-методической литературы по данной теме. Подготовка к контрольной работе № 2.

Тема 3.3. Обучение техническим приемам в баскетбол.

Практическое занятие № 1-2 (4 часа) Анализ техники и методика обучения техническим приемам в баскетбол. Типичные ошибки при обучении техническим приемам.

Практическое занятие № 3 (2 часа) Организационно-методические основы проведения урока физической культуры по баскетболу. Подбор средств в соответствии с техническими задачами, написание фрагмента основной части конспекта урока.

Самостоятельная работа (2 часа) Написание фрагмента конспекта урока по физической культуре для проведения в соответствии с заданиями учебной практике. Подготовка к контрольной работе № 2. Повторение лекционного материала и научно-методической литературы по данной теме.

Изучение раздела направлено на приобретение:

знаний – психологических основ деятельности коллектива, психологических особенностей личности;

роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

основ здорового образа жизни;

условий профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;

средств профилактики перенапряжения;

значений, мест и основных исторических этапов становления учебного предмета «физическая культура» в отечественном образовании;

учебного предмета «физическая культура» в пределах требований федеральных образовательных стандартов общего образования и примерных основных образовательных программ;

требований и логики планирования учебного процесса по физической культуре;

общей цели и задач физического воспитания обучающихся и их конкретизации для школьников разного возрастного периода;

умений – организации работы коллектива и команды;

взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности;

использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;

находить и использовать нормативную и методическую литературу и другие источники информации для планирования уроков физической культуры;

планировать учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой;

планировать двигательную деятельность обучающихся на уроках физической культуры с использованием наиболее оптимальных средств и методов в соответствии с

требованиями программного материала, возрастными особенностями обучающихся, уровнем их физической подготовленности, состояния здоровья и организационными условиями занятий;

разрабатывать документы оперативного планирования уроков физической культуры в соответствии с методическими требованиями;

навыков - определения цели и задач, планирования уроков физической культуры в соответствии с основной общеобразовательной программой;

планирования оптимальной двигательной деятельности обучающихся на уроках физической культуры в соответствии с темой и решаемыми задачами;

планированию последовательности освоения разделов учебного предмета «Физическая культура и физических упражнений в учебном году»;

изучения и анализа нормативной и методической литературы и других источников информации для планирования уроков физической культуры;

разработки документов планирования физического воспитания.

ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

5.1. Перечень примерных вопросов и заданий для организации самостоятельной работы обучающегося

5.1.1. Очная форма обучения

№ п/п	Тема/раздел	Виды и содержание самостоятельной работы	Трудоемкость, часов
1.	Раздел 1.Подвижные игры		
	Тема 1.2. Классификация подвижных игр и их применение на занятиях по физической культуре.	<i>Работа с лекционным материалом.</i> <i>Задание для самостоятельной работы:</i> 1.Подобрать подвижные игры (командную, некомандную) для каждой возрастной группы. 2.Самостоятельный просмотр видеоматериалов. 3.Изучить научно-методическую литературу по данной тематике. 4.Подготовка к написанию контрольной работы № 1. <i>Рекомендованные источники литературы:</i> 1. Подвижные игры: учебное пособие / О.С. Шалаев, В.Ф. Мишенькина, Ю.Н. Эртман, Е.Ю. Ковыршина. – Омск: СибГУФК, 2019. – 158 с. // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору. 2. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Подвижные игры: учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / Ю.М. Макаров, Н.В. Луткова, Л.Н. Минина [и др.]. - Москва: Академия, 2013. - 272 с. 3. Подвижные игры: учебно-методическое пособие / под. ред. Е.Н. Чернышевой, Л.Г. Львовой, Ю.В. Стрелецкой. – Великие Луки, 2018. – 115 с. 4. Шайкина О. Е. Организация и методика проведения игр-эстафет: учебно-методическое пособие / О. Е. Шайкина, Е. Н. Ирхина. – Воронеж:	2

		ФГБОУ ВО «ВГИФК», 2021. – 46 с. // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.	
2	Раздел 2. Волейбол		
	Тема 2.1. Общие основы развития теории спортивных игр (на примере волейбола)	<i>Работа с лекционным материалом.</i> <i>Задание для самостоятельной работы:</i> 1. Изучить научно-методическую литературу по развитию волейбола в мире и России. 2. Изучить новые виды волейбола. <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Волейбол: учебник для высших учебных заведений физической культуры/ под редакцией А.В. Беляева, М.В. Савина.– Москва: Физкультура, образование, наука.– 2009. – 359 с. 2. Таран, И.И. Теория и методика вида спорта. Волейбол: учебное пособие / И.И. Таран; Великолукская государственная академия физической культуры и спорта.– Великие Луки, 2019. – 132 с. 3. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения: учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин [и др.]. - 7-е изд., стер. - Москва: Академия, 2012. - 520 с. 4. Волейбол. Баскетбол. Гандбол. Организация и проведение соревнований по спортивным играм: учебное пособие / В.Ф. Мишенькина, Ю.Н. Эртман, В.Ф. Кириченко [и др.]. - Омск: СибГУФК, 2014. - 136с. // Электронная библиотека вузов ФК. - Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору. 5. Всероссийская федерация волейбола: сайт. – URL: http://www.volley.ru/(дата обращения 10.11.2025).	2
	Тема 2.2. Классификация техники игры в волейбол.	<i>Работа с лекционным материалом.</i> <i>Задание для самостоятельной работы:</i> 1. Фазовая структура технических приемов и ее педагогическое значение. 2. Схематично изобразить классификацию техники игры в волейболе. 3. Самостоятельный просмотр обучающих видео материалов. 4. Изучение научно-методической литературы по данной теме. <i>Рекомендованные источники литературы:</i> 1. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Подвижные игры: учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / Ю.М. Макаров, Н.В. Луткова, Л.Н. Минина [и др.]. - Москва: Академия, 2013. - 272 с. 2. Волейбол: учебник для высших учебных заведений физической культуры/ под редакцией А.В. Беляева, М.В. Савина.– Москва: Физкультура, образование, наука.– 2009. – 359 с. 3. Таран, И.И. Теория и методика вида спорта. Волейбол: учебное пособие / И.И. Таран;	1

		Великолукская государственная академия физической культуры и спорта.– Великие Луки, 2019. – 132 с. 4. Всероссийская федерация волейбола: сайт. – URL: http://www.volley.ru/(дата обращения 10.11.2025).	
	Тема 2.3. Обучение техническим приемам в волейбол.	<i>Работа с лекционным материалом.</i> <i>Задание для самостоятельной работы:</i> 1. Написание фрагмента конспекта урока по физической культуре для проведения в соответствии с заданиями учебной практике. <i>Рекомендованные источники литературы:</i> 1. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Подвижные игры: учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / Ю.М. Макаров, Н.В. Луткова, Л.Н. Минина [и др.]. - Москва: Академия, 2013. - 272 с. 2. Волейбол: учебник для высших учебных заведений физической культуры/ под редакцией А.В. Беляева, М.В. Савина.– Москва: Физкультура, образование, наука.– 2009. – 359 с. 3. Таран, И.И. Теория и методика вида спорта. Волейбол: учебное пособие / И.И. Таран; Великолукская государственная академия физической культуры и спорта.– Великие Луки, 2019. – 132 с. 4. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения: учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин [и др.]. - 7-е изд., стер. - Москва: Академия, 2012. - 520 с. 5. Годунова, Н.И. Методика формирования навыка передачи мяча сверху двумя руками в волейболе: методическое пособие / Н.И. Годунова, Е.В. Колодяжная. – Воронеж: ВГАС, 2022. – 34с. // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору. 6. Всероссийская федерация волейбола: сайт. – URL: http://www.volley.ru/(дата обращения 10.11.2025).	2
3	Раздел 3. Баскетбол		
	Тема 3.1. Общие основы развития теории спортивных игр (на примере баскетбола)	<i>Работа с лекционным материалом.</i> <i>Задание для самостоятельной работы:</i> 1. Изучить научно-методическую литературу по развитию баскетбола в мире и России. 2. Изучить новые виды баскетбола. <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Нестеровский, Д.И. Баскетбол: теория и методика обучения: учебное пособие для студентов вузов / Д.И. Нестеровский. - 5-е изд., стер. - Москва: Академия, 2010. - 336 с. 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: СибГУФК, 2014. - 136с. // Электронная библиотека вузов ФК. - Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.	2

		3. Всероссийская федерация баскетбола: сайт. – URL: https://russiabasket.ru/ (дата обращения 10.11.2025).	
	Тема 3.2. Классификация техники игры в баскетбол	<i>Работа с лекционным материалом.</i> <i>Задание для самостоятельной работы:</i> 1. Фазовая структура технических приемов и ее педагогическое значение. 2. Схематично изобразить классификацию техники игры в баскетбол. 3. Самостоятельный просмотр обучающих видео материалов. 4. Изучение научно-методической литературы по данной теме. <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения: учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин [и др.]. - 7-е изд., стер. - Москва: Академия, 2012. - 520 с. 2. Нестеровский, Д.И. Баскетбол: теория и методика обучения: учебное пособие для студентов вузов / Д.И. Нестеровский. - 5-е изд., стер. - Москва: Академия, 2010. - 336 с. 3. Спортивные игры: основы обучения технике игры: учебно-методическое пособие для бакалавров / И.И. Таран, А.Г. Беляев, М.Н. Поповская, Н.Е. Игнатенков. – Великие Луки, 2017. – 166 с. 4. Лаптев, А.В. Основы нападения. Рывки, заслоны в баскетболе: учебно-методическое пособие / А.В. Лаптев, И.В. Коник, В.А. Рыженко. – Малаховка: МГАФК, 2017. – 80 с. // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору. 5. Всероссийская федерация баскетбола: сайт. – URL: https://russiabasket.ru/(дата обращения 10.11.2025).	1
	Тема 3.3. Обучение техническим приемам в баскетбол.	<i>Работа с лекционным материалом.</i> <i>Задание для самостоятельной работы:</i> 1. Написание фрагмента конспекта урока по физической культуре для проведения в соответствии с заданиями учебной практике. <i>Рекомендованные источники литературы</i> 1. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения: учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин [и др.]. - 7-е изд., стер. - Москва: Академия, 2012. - 520 с. 2. Нестеровский, Д.И. Баскетбол: теория и методика обучения: учебное пособие для студентов вузов / Д.И. Нестеровский. - 5-е изд., стер. - Москва:	2

		Академия, 2010. - 336 с. 3. Спортивные игры: основы обучения технике игры: учебно-методическое пособие для бакалавров / И.И. Таран, А.Г. Беляев, М.Н. Поповская, Н.Е. Игнатенков. – Великие Луки, 2017. – 166 с. 4. Лаптев, А.В. Основы нападения. Рывки, заслоны в баскетболе: учебно-методическое пособие / А.В. Лаптев, И.В. Коник, В.А. Рыженко. – Малаховка: МГАФК, 2017. – 80 с. // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору. 5. Дудник, О.Е. Методика обучения тактике нападения в баскетболе: учебно-методическое пособие / авторы - составители / О.Е. Дудник, Л.А. Буйлова. – Воронеж: ВГИФК, 2019. – 113 с. // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору. 6. Всероссийская федерация баскетбола: сайт. – URL: https://russiabasket.ru/ (дата обращения 10.11.2025).	
--	--	---	--

5.2. Методические рекомендации к различным видам самостоятельной работы

Методические рекомендации для самостоятельного изучения вопросов по теме

В связи с тем, что значительное время при освоении учебной дисциплины отводится на самостоятельную работу, обучающемуся в процессе подготовки к семинарским занятиям, а также при самостоятельном изучении первоисточников и специальной аналитической литературы предлагается подумать над контрольными вопросами. Эти вопросы не повторяют вопросы лекций, практических/лабораторных/семинарских занятий, самостоятельной работы, зачёта/экзамена, но обращают внимание на проблемный характер изучаемых тем и предлагают подумать и определить собственное отношение к тем или иным аспектам и предложить решение проблемы.

Методические рекомендации для подготовки к контрольной работе

Примерные варианты контрольных работ представлены в приложении 1. Ознакомление с темами контрольных работ, их количеством, условиями ответов на вопросы контрольных работ, самими вопросами и вариантами ответов на них позволяет создать относительно полное впечатление об особенностях их проведения. При подготовке к контрольной работе по определённой теме рекомендуется повторно проанализировать теоретический материал по теме, повторить особенности методики изучения вопроса, освоенной на практическом занятии, и ознакомиться с содержанием рекомендованных разделов учебных пособий.

Методические рекомендации к написанию фрагмента конспекта

Форма конспекта (фрагмента конспекта) соответствует установленной, представлены все (требуемые) типы задач. Структура урока расписана полностью (достаточно). Поставлены необходимые частные задачи ко всем средствам. Достаточная степень конкретизации и четкость формулировок общих и частных задач учебно-воспитательной работы. Длительность отдельных частей занятия соответствует основным положениям теории и методики физической культуры и избранного вида спорта. В подготовительной части методически правильная последовательность упражнений с точки зрения вработываемости организма. Содержание подготовительной части разработано с учётом содержания основной части и специфики вида спорта. Методика

обучения представлена в виде последовательного решения частных задач обучения, подобраны подводящие упражнения и методические приемы. Сложность упражнений и их дозировка соответствуют поставленным задачам и уровню подготовленности занимающихся, время занятия рационально распределено. Определены способы организации занимающихся, приёмы, обеспечивающие разные виды наглядности при обучении. Наблюдается целесообразность и достаточность предусмотренных методов и методических приемов организации урока (фрагмента урока). Подобранный набор средств для всех частей урока демонстрирует ответственное и творческое отношение к определению содержания конспекта. Указаны необходимые перестроения. Раскрыто содержание и правила эстафет, игр, станций круговой тренировки и т.п. в случае их применения. По необходимости может использоваться графическое (схематическое) изображение игр и эстафет. Проявлена терминологическая точность, грамотность, лаконичность и аккуратность всех записей.

Конспект в готовом виде представляется в формате А4 (альбомный разворот).

Форма конспекта представлена в приложении 4.

5.3.Критерии оценки самостоятельной работы обучающегося

Критерии оценки самостоятельного изучения материала

Результаты самостоятельного изучения материала обсуждаются на практических /семинарских занятиях, оценивание производится по следующим критериям:

оценка «отлично»	1. По самостоятельно изученным темам/вопросам отвечает полно и правильно; может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры; правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания обучающимся данного материала
оценка «хорошо»	Дает правильные ответы, допускает неточности или недочеты, может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры; правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания обучающимся данного материала
оценка «удовлетворительно»	Отвечает, но допускает ошибки, излагает материал недостаточно логично и последовательно; затрудняется при ответах на вопросы преподавателя; с трудом приводит отдельные примеры из практики
оценка «неудовлетворительно»	Не отвечает или отвечает неправильно, только иногда дает правильные ответы; не приводит примеров из практики

Критерии оценки подготовки к контрольной работе по теме

оценка «отлично»	выставляется при условии выбора обучающимся 90-100% правильных ответов при тестировании
оценка «хорошо»	выставляется при условии выбора обучающимся 76-89 % правильных ответов при тестировании
оценка «удовлетворительно»	выставляется при условии выбора обучающимся 50-75 % правильных ответов при тестировании
оценка «неудовлетворительно»	выставляется при условии выбора обучающимся менее 50 % правильных ответов при тестировании

5.4.Критерии оценивания конспекта занятия (фрагмента занятия)

Удовлетворительно: форма конспекта (фрагмента конспекта) соответствует установленной, представлены все типы задач, но решение отдельных задач в содержании конспекта не представлено. Недостаточная степень конкретизации и четкость формулировок общих и частных задач учебно-воспитательной работы. Длительность отдельных частей занятия соответствует основным положениям теории и методики физической культуры и избранного вида спорта. В подготовительной части последовательность упражнений с точки зрения вработываемости организма определена с ошибками. Содержание подготовительной части слабо отражает содержание основной части и специфику подвижных игр, вида спорта. Методика обучения представлена в виде решения частных задач обучения, в формулировке и последовательности их решения допущены ошибки. Количество подводящих и обучающих упражнений недостаточно. Сложность упражнений и их дозировка не всегда соответствует поставленным задачам и уровню подготовленности. Определены способы организации занимающихся, отсутствуют приёмы, обеспечивающие отдельные виды наглядности при обучении. Указаны необходимые перестроения, допущены ошибки при описании сценария занятия: лишние перестроения, нерациональный способ организации, ошибки в определении дозировки упражнений, отсутствие методов и приёмов организации для решения отдельных частных задач. Содержание и правила эстафет, игр, круговой тренировки и других методов, и способов организации в случае их применения требуют уточнения. Присутствуют погрешности в используемой терминологии, оформлении конспекта.

Хорошо: форма конспекта (фрагмента конспекта) соответствует установленной, представлены все типы задач. Достаточная степень конкретизации и четкость формулировок общих и частных задач учебно-воспитательной работы. Длительность отдельных частей занятия соответствует основным положениям теории и методики физической культуры и избранного вида спорта. В подготовительной части достаточно правильная последовательность упражнений с точки зрения вработываемости организма. Содержание подготовительной части разработано с учётом содержания основной части и специфики подвижных игр, вида спорта. Методика обучения представлена в виде последовательного решения частных задач обучения. Допущены незначительные ошибки в формулировке частных задач и последовательности их решения. Количество обучающих упражнений достаточно. Методика обучения техническим приёмам раскрыта полностью, подобраны подводящие упражнения. Сложность упражнений и их дозировка в целом соответствуют поставленным задачам и уровню подготовленности, время занятия рационально распределено. Определены способы организации занимающихся, приёмы, обеспечивающие отдельные виды наглядности при обучении. Предусмотренные методы и методические приемы организации учебного процесса не всегда целесообразны. Указаны необходимые перестроения, возможны ошибки при описании сценария занятия: лишние перестроения, нерациональный способ организации, ошибки в определении дозировки упражнений. Раскрыто содержание и правила эстафет, игр, круговой тренировки и других методов, и способов организации в случае их применения. Проявлена грамотность, лаконичность и аккуратность всех записей, присутствуют отдельные погрешности в используемой терминологии.

Отлично: форма конспекта (фрагмента конспекта) соответствует установленной, представлены все типы задач. Структура урока расписана полностью. Поставлены необходимые частные задачи ко всем средствам. Достаточная степень конкретизации и четкость формулировок общих и частных задач учебно-воспитательной работы. Длительность отдельных частей занятия соответствует основным положениям теории и методики физической культуры и избранного вида спорта. В подготовительной части методически правильная последовательность упражнений с точки зрения вработываемости организма. Содержание подготовительной части разработано с учётом содержания основной части и специфики вида спорта. Методика обучения представлена в виде последовательного решения частных задач обучения, подобраны подводящие упражнения и методические приемы. Могут быть допущены мелкие ошибки в формулировке частных задач. Сложность упражнений и их дозировка соответствуют поставленным задачам и уровню подготовленности занимающихся, время занятия рационально распределено. Определены способы организации занимающихся, приёмы,

обеспечивающие разные виды наглядности при обучении. Наблюдается целесообразность и достаточность предусмотренных методов и методических приемов организации урока (фрагмента урока). Подобранный набор средств для всех частей урока демонстрирует ответственное и творческое отношение к определению содержания конспекта. Указаны необходимые перестроения. Раскрыто содержание и правила эстафет, игр, станций круговой тренировки и т.п. в случае их применения. По необходимости используется графическое (схематическое) изображение тактических взаимодействий, игр и эстафет. Проявлена терминологическая точность, грамотность, лаконичность и аккуратность всех записей. Возможны мелкие ошибки при описании сценария занятия.

Критерии оценивания учебной практики проведения занятия по спортивным и подвижным играм (фрагмента занятия по спортивным играм)

Удовлетворительно: содержание проведения неоднократно отклонялось от конспекта. Заданная в конспекте последовательность упражнений нарушается, ошибки занимающихся исправляются редко. При проведении основной части студент неграмотно организует места занятий и расположение занимающихся, не использует приемы, повышающие эффективность обучения (зрительные ориентиры, фиксацию положений, имитацию и т.п.), не всегда целесообразно распределено время на решение отдельных задач и отдельные упражнения. В основной части студент допускает ошибки в подготовке мест занятий, в распределении времени на решение отдельных задач. В заключительной части студент лишь подводит итоги урока. По ходу выполнения упражнений редко высказывались оценочные суждения, делались замечания, не уточнялись представления детей. Двигательная и речевая подготовленность педагога на низком уровне. Не всегда держит занимающихся в поле зрения, не распределяет внимание между всеми занимающимися. В занятии присутствуют необоснованные паузы. За дисциплиной на занятии следит фрагментарно. При проведении присутствуют значительные ошибки в методике обучения и физического развития, и в технике безопасности.

Хорошо: содержание проведения в целом соответствует содержанию конспекта, есть небольшие отклонения от конспекта. В процессе занятия управляет действиями занимающихся соответствующими командами и распоряжениями, голосовыми интонациями. Организация занятия на хорошем уровне – в процессе всего занятия студент управляет действиями занимающихся соответствующими командами и распоряжениями, знает технику выполнения изучаемых упражнений, методику их обучения, исправляет ошибки занимающихся. При проведении изучаемых упражнений студент правильно по терминологии называет упражнения, показывает их хорошо, заданную в конспекте последовательность упражнений, исправляет ошибки занимающихся, управляет их действиями, но допускает неравномерное распределение внимания между занимающимися. При проведении основной части студент организует места занятий и расположение занимающихся. Целесообразно распределено время на решение отдельных задач и отдельные упражнения. При проведении эстафет и подвижных игр контролирует качество выполнения и подводит итоги, используя систему штрафных очков. В заключительной части студент подводит итоги урока, отмечает лучших учеников, дает задание на дом. По ходу выполнения упражнений высказывались отдельные оценочные суждения, делались замечания, уточнялись представления детей. Двигательная и речевая подготовленность педагога на хорошем уровне. В занятии присутствуют необоснованные паузы. Старается следить за дисциплиной на занятии. При проведении отсутствуют грубые и значительные ошибки в методике обучения и физического развития, и в технике безопасности.

Отлично: содержание проведения соответствует содержанию конспекта. Заранее подготовлен инвентарь. В процессе всего занятия четко управляет действиями занимающихся соответствующими командами и распоряжениями, голосовыми интонациями. По ходу выполнения упражнений высказывались оценочные суждения, делались замечания, уточнялись представления детей. При проведении изучаемых упражнений студент правильно по терминологии называет упражнения, образцово показывает их, грамотно выбирает свое расположение, соблюдает заданную в конспекте

последовательность упражнений, грамотно ведет счет, использует подсказывающий подсчет, исправляет ошибки занимающихся, управляет их действиями. При проведении основной части студент грамотно организует места занятий и расположение занимающихся, использует целесообразные способы организации, последовательно осуществляет решение задач урока, при обучении организует наглядность (двигательную, зрительную, звуковую). Целесообразно распределено время на решение отдельных задач и отдельные упражнения. В содержании занятия используются упражнения, поднимающие эмоциональный настрой и повышающие мотивацию обучения. При проведении эстафет и подвижных игр четко контролирует качество выполнения, объективно подводит итоги. Подбор эстафет и подвижных игр интересен для занимающихся. В заключительной части студент подводит итоги урока, отмечает лучших, дает задание на дом. Двигательная и речевая подготовленность педагога на достаточно высоком уровне. Всегда держит занимающихся в поле зрения, распределяет внимание между всеми занимающимися. В занятии отсутствуют необоснованные паузы или простой. Следит за дисциплиной на занятии. При проведении отсутствуют грубые и значительные ошибки в методике обучения двигательным действиям, развития физических качеств и в технике безопасности.

5.5.Задание для учебной практики

Третий курс, 6 семестр

Задания по учебной практике для проведения фрагмента урока по спортивным и подвижным играм:

Разработать фрагмент конспекта урока и провести учебную практику не ниже оценки «удовлетворительно».

Подвижные игры

Подобрать и провести 2 подвижные игры (1 командную, 1 некомандную) в соответствии с возрастом занимающихся:

- игры для развития быстроты в 1-4 классах;
- игры для развития быстроты в 5-9 классах;
- игры для развития быстроты в 10-11 классах;
- для развития ловкости в 1-4 классах;
- для развития ловкости в 5-9 классах;
- для развития ловкости в 10-11 классах;
- для развития силы в 1-4 классах;
- для развития силы в 5-9 классах;
- для развития силы в 10-11 классах;
- для развития выносливости в 1-4 классах;
- для развития выносливости в 5-9 классах;
- для развития выносливости в 10-11 классах;
- на уроке ФК при занятиях спортивными играми (баскетбол, волейбол);
- на уроке ФК при занятиях легкой атлетикой;
- на уроке ФК при занятиях гимнастикой.

Волейбол

Учить технике стоек и перемещений.

Учить технике нижней прямой подаче.

Учить технике верхней прямой подаче.

Учить технике передачи двумя руками сверху.

Учить технике приему двумя руками снизу.

Учить технике ударного движения в прямом нападающем ударе.

Учить технике нападающего удара в целом.

Учить технике приема мяча в сочетании с передачей.

Учить технике верхней прямой подачи в прыжке.

Учить технике одиночного блокирования.

Баскетбол

Учить технике стоек и передвижений.

Учить технике ловли мяча двумя руками.

Учить технике передачи мяча.

Учить технике броска мяча одной рукой от плеча.

Учить технике ведения мяча.

Учить технике выбивания и вырывания мяча.

Учить технике накрывания и выбивания.

Учить технике перехвата мяча.

Учить технике броска одной рукой сверху в движении.

Учить технике броска одной рукой от головы (сверху).

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

6.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Таблица раздела 1 «РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ» демонстрирует взаимосвязь педагогического контроля с соотнесенными с основной профессиональной образовательной программой профессиональными стандартами - в ней определены трудовые функции профессиональных стандартов, выполнение которых обеспечивает формирование соответствующих компетенций в рамках учебной дисциплины.

6.2. Индикаторы достижения компетенций по уровню их сформированности

Индикаторы достижения	Критерий оценивания	Шкала оценивания	Уровень сформированной компетенции
Знает (соответствует таблице раздела 1)	Знает	отлично	высокий
		хорошо	повышенный
		удовлетворительно	пороговый
	Не знает	неудовлетворительно	недостаточный
Умеет (соответствует таблице раздела 1)	Умеет	отлично	высокий
		хорошо	повышенный
		удовлетворительно	пороговый
	Не умеет	неудовлетворительно	недостаточный
Имеет опыт или навык/владеет (при наличии) (соответствует таблице раздела 1)	Имеет опыт/владеет	отлично	высокий
		хорошо	повышенный
		удовлетворительно	пороговый
	Не владеет	неудовлетворительно	недостаточный

6.3. Соотношение индикаторов достижения со шкалой критериев их оценивания и уровнем их сформированности

Индикаторы достижения	Критерий оценивания	Уровень сформированной компетенции
Знает (соответствует таблице раздела 1)	Показывает полные и глубокие знания, логично и аргументировано отвечает на все вопросы, в том числе дополнительные, показывает высокий уровень теоретических знаний	высокий
	Показывает глубокие знания, грамотно излагает ответ, достаточно полно отвечает на все вопросы, в том числе дополнительные, в то же время при ответе допускает несущественные ошибки	повышенный
	Показывает достаточные, но не глубокие знания, при ответе не допускает грубых ошибок или противоречий, однако в формулировании ответа отсутствует должная связь между анализом, аргументацией и выводами. Для получения правильного ответа требуются уточняющие вопросы	пороговый
	Показывает недостаточные знания, не способен аргументировано и последовательно излагать материал, допускает грубые ошибки, неправильно отвечает на дополнительные вопросы или затрудняется с ответом	недостаточный
Умеет (соответствует таблице раздела 1)	Умеет применять полученные знания для решения конкретных практических задач, способен предложить альтернативные решения анализируемых проблем, формулировать выводы	высокий
	Умеет применять полученные знания для решения конкретных практических задач, способен формулировать выводы, но не может предложить альтернативные решения анализируемых проблем	повышенный
	При решении конкретных практических задач возникают затруднения	пороговый
	Не может решить практические задачи	недостаточный
Имеет опыт или навык/владеет (при наличии) (соответствует таблице раздела 1)	Владеет навыками, необходимыми для профессиональной деятельности, способен оценить результат своей деятельности	высокий
	Владеет навыками, необходимыми для профессиональной деятельности, затрудняется оценить результат своей деятельности	повышенный
	Демонстрирует слабые навыки, необходимые для профессиональной деятельности	пороговый
	Отсутствие навыков или неспособность их продемонстрировать	недостаточный

6.4. Методические материалы для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих формирование компетенций в процессе освоения образовательной программы

3 курс, 6 семестр

1. Дать определение игра, подвижная игра.
2. Охарактеризовать соревновательно-игровой метод.
3. Перечислить задачи подвижных игр.
4. Классификация подвижных игр по П.Ф. Лесгафту.
5. Отличие подвижных игр от спортивных.
6. Охарактеризовать проведение подвижных игр (подготовка к проведению игры, основные правила, способы деления участников, выбор водящих).
7. Охарактеризовать проведение подвижных игр (объяснение игры, инвентарь для игры, руководство процессом игры, регулирование физических нагрузок в игре, окончание игры, подведение итогов).
8. Значение подвижных игр на уроках ФК в школе.
9. Особенности организации подвижных игр на уроках ФК в 1-4 классах.
10. Особенности организации подвижных игр на уроках ФК в 5-9 классах.
11. Особенности организации подвижных игр на уроках ФК 10-11 классах.
12. История развития игры в волейбол.
13. Площадка, оборудование и инвентарь для игры в волейбол.
14. Характеристика игры в волейбол.
15. Правила игры в волейбол.
16. Классификация техники игры в волейбол. Техника защиты, техника нападения.
17. Анализ техники и методика обучения передвижениям в волейболе. Типичные ошибки.
18. Анализ техники и методика обучения верхней прямой подачи. Типичные ошибки.
19. Анализ техники и методика обучения нижней прямой подачи. Типичные ошибки.
20. Анализ техники и методика обучения передачи двумя руками сверху. Типичные ошибки.
21. Анализ техники и методика обучения передачи двумя руками снизу. Типичные ошибки.
22. Анализ техники и методика обучения нападающему удару. Типичные ошибки.
23. Анализ техники и методика обучения одиночному блокированию. Типичные ошибки.
24. История развития игры в баскетбол.
25. Площадка, оборудование и инвентарь для игры в баскетбол. Краткая характеристика игры.
26. Правила игры в баскетбол.
27. Классификация техники игры в баскетбол. Техника защиты, техника нападения.
28. Анализ техники и методика обучения передвижений в баскетболе. Типичные ошибки.
29. Анализ техники и методика обучения ловле мяча двумя руками. Типичные ошибки.
30. Анализ техники и методика обучения передачи мяча. Типичные ошибки.
31. Анализ техники и методика обучения броску одной рукой от плеча. Типичные ошибки.
32. Анализ техники и методика обучения ведению мяча. Типичные ошибки.
33. Анализ техники и методика обучения выбиванию и вырыванию мяча. Типичные ошибки.
34. Анализ техники и методика обучения накрыванию и отбиванию мяча. Типичные ошибки.
35. Анализ техники и методика обучения перехвату мяча. Типичные ошибки.

6.4.2. Перечень вопросов/заданий для промежуточной аттестации (зачёт), оценивающих знания и умения

3 курс, 6 семестр

1. Подобрать командную и некомандную игру для развития быстроты (не менее 4-х).
2. Подобрать командную и некомандную игру для развития ловкости (не менее 4-х).
3. Подобрать командную и некомандную игру для развития силы (не менее 4-х).
4. Подобрать командную и некомандную игру для развития выносливости (не менее 4-х).
5. Подобрать командную и некомандную игру для развития гибкости (не менее 4-х).
6. Подобрать подвижные игры для обучения спортивными играми (не менее 4-х).
7. Подобрать командную и некомандную игру для урока ФК в 1-4 классах (не менее 4-х).
8. Подобрать командную и некомандную игру для урока ФК в 5-9 классах (не менее 4-х).
9. Подобрать командную и некомандную игру для урока ФК в 10-11 классах (не менее 4-х).
10. Схематично изобразить классификацию техники нападения в волейболе.
11. Схематично изобразить классификацию техники защиты в волейболе.
12. Определить фазы движения при выполнении технических приёмов в волейболе.
13. Определить систем частных задач при обучении передвижениям и стойкам в волейболе.
14. Определить систему частных задач при обучении нижней прямой подачи.
15. Определить систему частных задач при обучении верхней прямой подачи.
16. Определить систему частных задач при обучении передачи двумя руками сверху.
17. Определить систему частных задач при обучении передачи двумя руками снизу.
18. Определить систему частных задач при обучении прямому нападающему удару.
19. Определить систему частных задач при обучении одиночному блокированию.
20. Определить систему частных задач при обучении передвижениям в баскетболе.
21. Определить систему частных задач при обучении ловле мяча двумя руками.
22. Определить систему частных задач при обучении передачи мяча.
23. Определить систему частных задач при обучении броску одной рукой от плеча.
24. Определить систему частных задач при обучении ведению мяча.
25. Определить систему частных задач при обучении выбиванию и вырыванию мяча.
26. Определить систему частных задач при обучении накрывания и отбивания мяча.
27. Определить систему частных задач при обучении перехвату мяча.
28. Схематично изобразить классификацию техники нападения в баскетболе.
29. Схематично изобразить классификацию техники защиты в баскетболе.
30. Определить фазы движения при выполнении технических приёмов в баскетболе.

6.4.3. Перечень практических заданий (кейсов, ситуационных задач, другого) на зачёте/экзамене, необходимых для оценки умений и опыта деятельности

3 курс, 5 семестр (зачёт)

Разработать фрагмент конспекта урока и провести учебную практику не ниже оценки «удовлетворительно».

Подвижные игры

Подобрать и провести 2 подвижные игры (1 командную, 1 неkomандную) в соответствии с возрастом занимающихся:

1. Игры для развития быстроты в 1-4 классах;
2. Игры для развития быстроты в 5-9 классах;
3. Игры для развития быстроты в 10-11 классах;
4. Игры для развития ловкости в 1-4 классах;
5. Игры для развития ловкости в 5-9 классах;
6. Игры для развития ловкости в 10-11 классах;
7. Игры для развития силы в 1-4 классах;
8. Игры для развития силы в 5-9 классах;
9. Игры для развития силы в 10-11 классах;
10. Игры для развития выносливости в 1-4 классах;
11. Игры для развития выносливости в 5-9 классах;
12. Игры для развития выносливости в 10-11 классах;
13. Игры на уроке ФК при занятиях спортивными играми (баскетбол, волейбол, футбол);
14. Игры на уроке ФК при занятиях легкой атлетикой;
15. Игры на уроке ФК при занятиях гимнастикой.

Волейбол

16. Учить технике стоек и перемещений;
17. Учить технике нижней прямой подач;
18. Учить технике верхней прямой подач;
19. Учить технике передачи двумя руками сверху;
20. Учить технике приему двумя руками снизу;
21. Учить технике ударного движения в прямом нападающем ударе;
22. Учить технике нападающего удара в целом;
23. Учить технике приема мяча в сочетании с передачей;
24. Учить технике одиночного блокирования.

Баскетбол

25. Учить технике стоек и передвижений;
26. Учить технике ловли мяча двумя руками;
27. Учить технике передачи мяча;
28. Учить технике броска мяча одной рукой от плеча;
29. Учить технике ведения мяча;
30. Учить технике выбивания и вырывания мяча;
31. Учить технике накрывания и выбивания;
32. Учить технике перехвата мяча;
33. Учить технике броска одной рукой сверху в движении;
34. Учить технике броска одной рукой от головы (сверху).

6.5. Паспорт оценочных средств промежуточной аттестации

№ п/п	Тема или раздел	Код контролируемых компетенций	Номер зачётного /экзаменационного вопроса для контроля знаний	Номер экзаменационного вопроса /ситуационной задачи для контроля знаний и умений	Номер практического задания для контроля сформированности умений и опыта практической деятельности
6 семестр, зачёт					
1.	Раздел 1. Подвижные игры.	ОК 04., ОК 08., ПК 3.1.	1-11	1-9	1-15
2.	Раздел 2. Волейбол.	ОК 04., ОК 08., ПК 3.1.	12-23	10-19	16-24
3.	Раздел 3. Баскетбол.	ОК 04., ОК 08., ПК 3.1.	24-35	20-30	25-34

6.6. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности при проведении промежуточной аттестации

Процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций, подробно описаны в Положении о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта» (принято решением учёного совета ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» 24 апреля 2025 года, протокол № 09, введено в действие приказом ректора ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» № 78 от 24 апреля 2025 года).

Критерии оценивания ответа обучающегося на зачёте

«зачтено»	Обучающийся обнаруживает знание большей части основного учебного материала в объёме, необходимом для дальнейшего обучения и предстоящей работы по профессии, возможны некоторые неточности при ответе и/или интерпретации примеров из образовательной практики, которые обучающийся исправляет после пояснений, данных преподавателем; владеет навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач. Уровень сформированности компетенций - не ниже порогового
«не зачтено»	Обучающийся имеет существенные пробелы в теоретических знаниях содержания дисциплины, допускает принципиальные ошибки при выполнении заданий, не способен решать профессиональные задачи. Уровень сформированности компетенций - недостаточный

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

7.1. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

7.1.1. Рекомендуемая литература (основная)

1. Волейбол: учебник для высших учебных заведений физической культуры/ под редакцией А.В. Беляева, М.В. Савина.– Москва: Физкультура, образование, наука.– 2009. – 359 с.
2. Нестеровский, Д.И. Баскетбол: теория и методика обучения: учебное пособие для студентов вузов / Д.И. Нестеровский. - 5-е изд., стер. - Москва: Академия, 2010. - 336 с.
3. Подвижные игры: учебное пособие / О.С. Шалаев, В.Ф. Мишенькина, Ю.Н. Эртман, Е.Ю. Ковыршина. – Омск: СибГУФК, 2019. – 158 с. // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.
4. Спортивные игры: основы обучения технике игры: учебно-методическое пособие для бакалавров / И.И. Таран, А.Г. Беляев, М.Н. Поповская, Н.Е. Игнатенков. –

Великие Луки, 2017. – 166 с.

5. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения: учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин [и др.]. - 7-е изд., стер. - Москва: Академия, 2012. - 520 с.

6. Таран, И.И. Теория и методика вида спорта. Волейбол: учебное пособие / И.И. Таран; Великолукская государственная академия физической культуры и спорта. – Великие Луки, 2019. – 132 с.

7. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Подвижные игры: учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / Ю.М. Макаров, Н.В. Луткова, Л.Н. Минина [и др.]. - Москва: Академия, 2013. - 272 с.

8. Теория и методика спортивных игр: учебник для студентов высших учебных заведений / Ю.Д. Железняк, Д.И. Нестеровский, В.А. Иванов [и др.]; редактор Ю.Д. Железняк. – 8-е изд., перераб. – Москва: Академия, 2013. – 464 с.

7.1.2. Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Волейбол. Баскетбол. Гандбол. Организация и проведение соревнований по спортивным играм: учебное пособие / В.Ф. Мишенькина, Ю.Н. Эртман, В.Ф. Кириченко [и др.]. - Омск: СибГУФК, 2014. - 136с. // Электронная библиотека вузов ФК. - Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.

2. Годунова, Н.И. Методика формирования навыка передачи мяча сверху двумя руками в волейболе: методическое пособие / Н.И. Годунова, Е.В. Колодяжная. – Воронеж: ВГАС, 2022. – 34с. // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.

3. Дудник, О.Е. Методика обучения тактике нападения в баскетболе: учебно-методическое пособие / авторы - составители / О.Е. Дудник, Л.А. Буйлова. – Воронеж: ВГИФК, 2019. – 113 с. // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.

4. Лаптев, А.В. Основы нападения. Рывки, заслоны в баскетболе: учебно-методическое пособие / А.В. Лаптев, И.В. Коник, В.А. Рыженко. – Малаховка: МГАФК, 2017. – 80 с. // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.

5. Подвижные игры: учебно-методическое пособие / под. ред. Е.Н. Чернышевой, Л.Г. Львовой, Ю.В. Стрелецкой. – Великие Луки, 2018. – 115 с.

6. Шайкина О. Е. Организация и методика проведения игр-эстафет: учебно-методическое пособие / О. Е. Шайкина, Е. Н. Ирхина. – Воронеж: ФГБОУ ВО «ВГИФК», 2021. – 46 с. // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.

7.2. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет»

1. Министерство спорта Российской Федерации: сайт. – Москва: Министерство спорта Российской Федерации, 2008-2019. – URL: <http://minsport.gov.ru> (дата обращения: 21.10.2025).

2. Всероссийская федерация волейбола: сайт. – URL: <http://www.volley.ru/> (дата обращения 10.11.2025).

3. Всероссийская федерация баскетбола: сайт. – URL: <https://russiabasket.ru/> (дата обращения 10.11.2025).

4. Журнал «Теория и практика физической культуры»: сайт. – URL: <http://www.teoriya.ru/ru> (дата обращения 10.11.2025).

7.3. Программное обеспечение

1. Microsoft Office 2007
2. Microsoft Windows XP
3. Microsoft Windows 7
4. «Личный кабинет обучающегося» на вэб-ресурсе собственной разработки

7.4. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

7.4.1. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы, доступные в локальной сети

1. Информационная справочная правовая система «КонсультантПлюс». – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору. – Обновление ежемесячно.
2. Электронная библиотека Национального государственного университета им. Лесгафта (Санкт-Петербург). – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.
3. Электронная библиотека Московской государственной академии физической культуры (Малаховка). – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.
4. Электронная библиотека Сибирского университета физической культуры (Омск). – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.
5. Электронная библиотека Воронежской государственной академии спорта. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.

7.4.2. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы, доступные в сети «Интернет» (заключены договора с ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»)

1. РУКОНТ: национальный цифровой ресурс: межотраслевая электронная библиотека: сайт / Консорциум «КОНТЕКСТУМ». – Москва, 2010. – URL: <http://lib.rucont.ru/search> (дата обращения: 21.10.2025). – Режим доступа: для авторизов. пользователей.

7.4.3. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы сети «Интернет» свободного доступа

1. eLIBRARY.RU: научная электронная библиотека: сайт. – Москва, 2000 -. – URL: <http://www.elibrary.ru> (дата обращения: 21.10.2025).
2. Научная электронная библиотека «КиберЛенинка»: сайт. – Москва. – URL: <http://cyberleninka.ru/> (дата обращения: 21.10.2025).
3. Физкультура и спорт: сайт. - URL: <https://www.fizkulturaissport.ru/> (дата обращения: 21.10.2025).

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
Аудитория для лекций, семинарских и методических занятий № 402 учебно-спортивного комплекса, пл. Юбилейная д.4, к. 2	Столы ученические – 10 шт.; Стулья ученические – 30шт.; Посадочных мест – 30; Стол компьютерный - 1 шт.; Стол для преподавателя – 1 шт.; Стул для преподавателя – 1 шт.;

	Доска информационная пластиковая - 123x153см - 1 шт.; Экран для видеопроектора 243x151см - 1 шт.; Переносной мультимедиа проектор Acer X118H – 1шт.; Переносной ноутбук AcerAspire 3 (N19C1) - 1 шт.; Мышь компьютерная – 1шт; Телевизор – DAEWOO – 1 шт.; Колонки компьютерные Genius – 1шт.; Трибуна для докладчика – 1шт. Лицензия № 42024904 от 09.04.2007 Windows XP «Центр регионального планирования, АНО» Лицензия № 43246213 от 21.12.2007 OfficeEnterprise 2007 «Биг Компьютерс»
Зал спортивных игр № 304 учебно-спортивного комплекса, пл. Юбилейная д.4, к. 2	Площадка баскетбольная с разметкой 28x15 м. – 1 шт.; Площадка волейбольная с разметкой – 18x9 м. – 2 шт.; Площадка футзальная с разметкой 40x20м. – 1 шт.; Ворота мини-футбольные – 2 шт.; Стойки волейбольные – 4 шт.; Тренажеры для тренировки волейбольных передач – 2 шт.; Щиты баскетбольные с кольцами – 7 шт. (2 игровых с мягкой защитой, 5 тренировочных); Тумбы прыжковые – 4 шт.; Маты гимнастические – 6 шт.; Скамейки – 22 шт.; Вышка судейская для волейбола – 1 шт.; Табло – 1 шт.; Мини-табло счетчики для 24 секунд – 2 шт.
Инвентарная зала спортивных игр № 304 учебно-спортивного комплекса, пл. Юбилейная д.4, к. 2	Мячи волейбольные – 10 шт.; Мячи футзальные – 10 шт.; Мячи баскетбольные – 30 шт.; Мячи набивные: - 5кг. – 5 шт.; - 3кг. – 7 шт.; Мячи теннисные – 20шт.; Скакалки – 15 шт.; Конусы пластмассовые разноцветные – 12 шт.; Стойки деревянные - 10 шт.; Корзина для мячей – 1 шт.; Защитные маты для в/б стоек – 2 шт.; Сетка волейбольная – 2 шт.; «Макивара» защита для силовых упражнений баскетболистов – 2 шт.;

	Манекен защитника (баскетбол) – 2 шт.; Тренировочная лестница 6 м. – 1 шт.; Тренировочная лестница 10 м. – 1 шт.; Тренажёры для увеличения прыжка JumpSole - 10 пар; Силовые тренажеры – 4 шт.; Барьеры, регулируемые по высоте – 6 шт.; Балансировочные подушки - 5 шт.; Эспандеры – 15 шт.; Утяжелители для ног – 5 шт.; Насос (электрический) – 1 шт.; Стол для настольного тенниса – 4 шт.; Сетки для настольного тенниса – 4 шт.; Ракетки для настольного тенниса – 11 шт.; Мячи для настольного тенниса – 15 шт.; Ящик с номерами волейбольный для замены игроков – 1 шт.; Ящик с номерами баскетбольный для замены игроков – 1 шт.; Манишки одноцветные – 10 шт.; Полотеры для вытирания площадки – 2 шт.
Электронный читальный зал* библиотеки здания общежития с пристроенным учебным корпусом, пл. Юбилейная д. 4, к. 1	11 посадочных мест, ученические столы – 11, ученические стулья – 11, персональные компьютеры ТОНК 1507 – 11 штук, мониторы Samsung 710N – 11 штук

**Помещения для самостоятельной работы*

9. ХРОНОЛОГИЧЕСКИЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН лекций, лабораторных, практических и семинарских занятий по дисциплине

9.1. Очная форма обучения

№ п/п	Темы лекций, лабораторных, практических и семинарских занятий в хронологическом порядке	Перечень необходимого оборудования, наглядные пособия	Количество часов и вид занятия	Возможность применения электронного обучения и дистанционных образовательных технологий при проведении учебного занятия
3 курс, 6 семестр				
1	Спортивные и подвижные игры и их место в физической культуре	специально оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным	Лекция, 2 часа	да

		проектором, экраном, ноутбуком		
2-3	Классификация подвижных игр и их применение на занятиях по физической культуре.	методический кабинет с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком, колонками (для демонстрации учебных видеороликов)	Практическое занятие, 4 часа	да
4	Форма учебно-тренировочной работы по подвижным играм. Конспект занятия по подвижным играм	Спортивный игровой зал. Оборудование и инвентарь для ИВС	Практическое занятие, 2 часа	нет
5	Форма учебно-тренировочной работы по подвижным играм. Конспект занятия по подвижным играм Контрольная работа № 1 по темам: «Спортивные и подвижные игры и их место в физической культуре», «Классификация подвижных игр и их применение на занятиях по физической культуре», «Форма учебно-тренировочной работы по подвижным играм. Конспект занятия по подвижным играм»	Спортивный игровой зал. Оборудование и инвентарь для ИВС Контрольная работа №1 (в распеч. виде для кажд. обучающегося)	Практическое занятие, 2 часа	нет
6	Общие основы развития теории спортивных игр (на примере волейбола).	специально оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком	Лекция, 2 часа	да
7	Классификация техники игры в волейбол.	методический кабинет с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком, колонками (для демонстрации учебных видеороликов)	Практическое занятие, 2 часа	да
8	Обучение техническим приемам в волейбол.	специально оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком	Лекция, 2 часа	нет
9-10	Обучение техническим приемам в волейбол.	Спортивный игровой зал. Оборудование и инвентарь для ИВС	Практическое занятие, 4 часа	нет
11	Обучение техническим	Спортивный игровой зал.	Практическое	нет

	приемам в волейбол.	Оборудование и инвентарь для ИВС	занятие, 2 часа	
12	Общие основы развития теории спортивных игр (на примере баскетбола).	специально оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком	Лекция, 2 часа	да
13	Классификация техники игры в баскетбол.	Методический кабинет с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком, колонками (для демонстрации учебных видеороликов)	Практическое занятие, 2 часа	да
14-15	Обучение техническим приемам в баскетбол. Контрольная работа № 2. по темам: «Общие основы развития теории спортивных игр (на примере волейбола)», «Классификация техники игры в волейбол», «Обучение техническим приемам в волейбол. Конспект занятия по волейболу», «Общие основы развития теории спортивных игр (на примере баскетбола)», «Классификация техники игры в баскетбол», «Обучение техническим приемам в баскетбол. Конспект занятия по баскетболу»	Спортивный игровой зал. Оборудование и инвентарь для ИВС Контрольная работа №2 (в распеч. виде для кажд. обучающегося)	Практическое занятие, 4 часа	нет
16	Обучение техническим приемам в баскетбол.	Спортивный игровой зал. Оборудование и инвентарь для ИВС	Практическое занятие, 2 часа	нет

Примерные вопросы к контрольным работам в виде фонда оценочных средств для проведения диагностической работы с целью оценивания достижения результатов обучения

**Контрольные работы
3 курс, 6 семестр**

**Контрольная работа № 1
по дисциплине «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности (спортивные игры)»
по темам: «Спортивные и подвижные игры и их место в физической культуре», «Классификация подвижных игр и их применение на занятиях по физической культуре», «Форма учебно-тренировочной работы по подвижным играм. Конспект занятия по подвижным играм».**

1 вариант

1. Определение подвижной игры, как вида деятельности:

- а) исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственные человеку
- б) процесс моделирования реальных жизненных условий
- в) организация действий участников, предоставляющая возможность широкого выбора способов достижения поставленной цели
- г) это игры с использованием бега, прыжков, метаний и других естественных двигательных проявлений без строго регламентированных правил

2. Подвижные игры согласно классификации П.Ф. Лесгафта подразделяются на:

- а) командные, неkomандные, сюжетные
- б) сюжетные и бессюжетные
- в) командные, неkomандные, переходные к командным
- г) групповые, одиночные

3. Чаще всего какие игры следует давать учащимся старшего школьного возраста:

- а) эмоциональные и сложные игры
- б) игры, подготовительные к различным видам спорта
- в) игры-эстафеты по одному и в парах
- г) игры, которые им больше всего нравятся

4. Какие игры чаще всего следует использовать в работе с детьми младшего школьного возраста:

- а) сюжетно-образные игры
- б) игры на успокоение организма
- в) игры в виде соревнований по комплексу подвижных игр
- г) игры, подготовительные к спортивным играм

5. Установите последовательность плана рассказа игры:

- а) местоположение
- б) роли
- в) ход игры
- г) цель
- д) название
- е) правила

Ответ: _____

6. Выбор игры зависит от:

- а) возраст
- б) вес
- в) рост
- г) спортивный разряд

7. Перечислите три группы основных задач, которые решаются в уроке физической культуры.

Ответ: _____

8. Соотнесите вид спортивных или подвижных игр, указанных в левом столбце (1-2), с их отличительными чертами из правого столбца (А-Д).

Вид игр		Отличительные черты	
1	спортивные игры	А	строго регламентированные правила
2	подвижные игры	Б	допустимо изменение правил
		В	сложная техника движений
		Г	присвоение спортивных разрядов
		Д	осуществляется только на специальной спортивной площадке
		Е	участие всех желающих

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:

1				2	

9. Какие 3 группы задач решают подвижные игры:

- а) оздоровительные, образовательные, воспитательные
- б) образовательные, физического развития, психологические
- в) технические, тактические, физические
- г) образовательные, воспитательные, функциональные

10. Количество игроков в одной команде не должно превышать _____ человек.

Ответ: _____

11. Перечислите название 3-х подвижных игр, которые можно использовать на уроке физической культуры при обучении спортивным играм (волейбол, баскетбол):

Ответ: _____

12. Для развития быстроты подходят подвижные игры:

- а) Салки, День и ночь, Рывок за мячом
- б) Кто дальше прыгнет, Бег раков, Скачки
- в) Подвижный ринг, Перетягивание в парах, Бег раков
- г) Скачки, Поймай лягушку, Соревнование тачек

13. Для развития гибкости подходят подвижные игры:

- а) Рывок за мячом, Салки, Ловкие руки
- б) Догони, День и ночь, Скачки
- в) Палки за спину, Мостик и кошка, Гонка мячей
- г) Кто дальше прыгнет, Сбей городок, День и ночь

14. Подвижные игры в занятиях легкой атлетикой:

- а) Не давай мяч водящему, Попади в цель, Салка и мяч
- б) Различные эстафеты, Кто дальше прыгнет, Кто выше
- в) Мостик и кошка, Пятнашка мячом, Ловкие руки
- г) Салка и мяч, С отскоком от щита, Попади в ворота

2 вариант

1. Первым разработал методику преподавания школьных подвижных игр и в связи с этим их классификацию:

- а) П.Ф. Лесгафт
- б) Г.В. Плеханов
- в) Н.К. Крупская
- г) В.Г.Яковлев

2. Подвижные игры являютсяфизического воспитания:

- а) принципом
- б) фактором
- в) средством
- г) методом

3.Какие выделяют виды эстафет по способу организации:

- а) круговая, линейная, встречная
- б) линейная, с препятствиями, встречная
- в) встречная, поочередная, круговая
- г) комбинированные, с передвижением, линейные

4. Какие игры нельзя давать детям младшего школьного возраста:

- а) на быстроту и ловкость
- б) на гибкость и быстроту
- в) на силу и выносливость
- г) на ловкость и гибкость

5. Какие игры чаще всего следует использовать в работе с детьми младшего школьного возраста:

- а) сюжетно-образные игры
- б) игры на успокоение организма
- в) игры в виде соревнований по комплексу подвижных игр
- г) игры, подготовительные к спортивным играм

6. Отчего в первую очередь зависит выбор подвижной игры для ее проведения:

- а) желания и двигательных возможностей детей и подростков
- б) от сложности игры
- в) от желания учителя ФК или тренера
- г) задачи, поставленной перед уроком; возрастных особенностей играющих и их физической подготовленности

7. Из предложенных вариантов выберите тот, который соответствует правильной организации при проведении подвижной игры на уроке физической культуры.

- а) выбор игры; обеспечение инвентарем; разделение на команды и выбор водящих; определение задач; судейство; подведение итогов; окончание игры;
- б) выбор игры; подготовка места для игры и инвентаря; разделение на команды и размещение игроков; объяснение игры; судейство; окончание игры; подведение итогов;
- в) выбор игры; подготовка места для игры; разделение на команды; обеспечение инвентарем; объяснение игры; судейство; подведение итогов; окончание игры;
- г) выбор игры; разделение на команды и размещение игроков; определение задач; объяснение игры; обеспечение инвентарем; судейство; окончание игры.

8. Какие подвижные игры, указанные в левом столбце (1-5), можно использовать для развития физических качеств из правого столбца (А-Д)?

Подвижные игры		Физические качества	
1	Перетягивание в парах, Подвижный ринг, Соревнование тачек	А	гибкость
2	Палки за спину, Мостик и кошка, Гонка мячей	Б	ловкость

3	Круг за кругом, Поезда, Гонка с выбыванием	В	выносливость
4	Ловля парами, Бег пингвинов, Ловкие руки	Г	сила
5	Салки, День и ночь, Рывок за мячом	Д	быстрота

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:

1	2	3	4	5

9. Регулирование физической нагрузки во время проведения подвижных игр осуществляется с помощью изменения:

- а) дистанции перемещений
- б) последовательности препятствий
- в) организации игроков
- г) времени

10. Универсальный метод физического воспитания, при котором используются подвижные игры:

Ответ: _____

11. Перечислите название 3-х подвижных игр, которые можно использовать на уроке физической культуры при обучении легкой атлетике:

Ответ: _____

12. Для развития выносливости подходят подвижные игры:

- а) Кто дальше прыгнет, Перетягивание в парах, Салки
- б) Круг за кругом, Поезда, Гонка с выбыванием
- в) День и ночь, Рывок за мячом, Скачки
- г) Охотники и утки, Салки, Догонки

13. Для развития ловкости подходят подвижные игры:

- а) Ловля парами, Бег пингвинов, Ловкие руки
- б) Поезда, Салки, Перетягивание в парах
- в) Соревнование тачек, День и ночь, Бегуны
- г) Перетягивание в парах, Салки, Бегуны

14. Подвижные игры в занятиях спортивными играми:

- а) Кто выше, Ловкие руки, Мостик и кошка
- б) Сумей догнать, Перемена мест, Кто выше
- в) Мостик и кошка, Салки в парах, Подвижный ринг
- г) Передал - садись, Мяч капитану, Борьба за мяч

Контрольная работа № 2

по дисциплине «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности (спортивные игры)»

по темам: «Общие основы развития теории спортивных игр (на примере волейбола)», «Классификация техники игры в волейбол», «Обучение техническим приемам в волейбол. Конспект занятия по волейболу», «Общие основы развития теории спортивных игр (на примере баскетбола)», «Классификация техники игры в баскетбол», «Обучение техническим приемам в баскетбол. Конспект занятия по баскетболу»

1 вариант

1. Верхний край волейбольной сетки устанавливается для мужчин:

- а) 2,43 м
- б) 2,45 м
- в) 2,42 м

2. Партия в волейболе выигрывается командой, которая

- а) первой набирает 25 очков с преимуществом минимум в 2 очка, за исключением решающей партии
- б) первой набирает 25 очков с преимуществом минимум в 2 очка, за исключением 5 партии
- в) первой набирает 25 очков за исключением решающей партии

3. Зона подачи – это

- а) участок на лицевой линии
- б) участок шириной 9 м позади лицевой линии (лицевая линия не включается)
- в) участок шириной 9 м позади лицевой линии (лицевая линия включается)

4. Окружность волейбольного мяча:

- а) 65-67 см.
- б) 60-64 см.
- в) 68-70 см.

5. Ширина всех линий на волейбольной площадке:

- а) 10 см
- б) 3 см
- в) 5 см

6. Техника игры в волейбол по целевому признаку делится на:

- а) технику нападения и защиты
- б) технику стоек и перемещений и технику владения мячом
- в) технику защиты и противодействия

7. По степени сгибания ног в коленном суставе стартовые стойки делятся на:

- а) динамические и статические
- б) стойки защитника и нападающего
- в) высокие, средние и низкие

8. Техника нападения в волейболе включает в себя:

- а) стартовые стойки и перемещения, подачу, передачу и нападающий удар
- б) стартовые стойки и перемещения, подачу и нападающий удар
- в) стартовые стойки, подачу, передачу и нападающий удар

9. Нападающий удар состоит из:

- а) разбега, отталкивания и ударного движения
- б) разбега, замаха и ударного движения
- в) разбега, отталкивания, замаха, ударного движения и приземления

10. При выполнении верхней прямой подачи мяч подбрасывается на высоту

- а) 1 м
- б) 1-1,5 м выше головы
- в) 3-4 м от пола

11. Подача - это

- а) технический прием, с помощью которого мяч вводят в игру
- б) действие введения мяча в игру игроком команды
- в) технический прием, с которого начинается розыгрыш мяча

12. Значение передачи мяча заключается в том, чтобы

- а) более или менее точно направить мяч своему партнёру
- б) оставить мяч в игре
- в) принять мяч после нападающих действий партнёра

13. Размеры баскетбольной площадки:

- а) 28 x 15
- б) 26 x 14
- в) 28 x 16

14. Размеры щитов должны быть:

- а) 1,80 м x 1,20 м

б) 1,80 м х 1,05 м

в) 1,80 м х 1,25 м

15. Вес баскетбольного мяча седьмого размера (мужского)

а) в пределах от 590 грамм до 640 грамм

б) в пределах от 550 грамм до 670 грамм

в) в пределах от 567 грамм до 650 грамм

16. Продолжительность игры в баскетбол:

а) 2 х 20' чистого времени

б) 3 х 15' чистого времени

в) 4 х 10' чистого времени

17. Какие способы овладения мячом и противодействия включает в себя техника защиты:

а) ходьба, выбивание, перехват, стойка, бег

б) отбивание, взятие отскока, отбивание

в) повороты, вырывание, ходьба, перехват

г) выбивание, отбивание, накрывание, перехват, вырывание, взятие отскока

18. Какие в баскетболе существуют разновидности поворотов:

а) ходьба, поворот вправо

б) поворот на месте, поворот в движении

в) поворот влево, прыжки

г) бег, поворот на 360°

19. Какие способы передачи мяча вы знаете:

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

б) передача мяча снизу, ловля мяча двумя руками

в) передача мяча сбоку, снизу, ловля мяча одной рукой

г) остановка мяча, передача одной и двумя руками

20. Какие существуют разновидности ведения мяча:

а) ведение мяча двумя руками, ведение с низким отскоком

б) передачи мяча, ведение с высоким отскоком

в) ведение с высоким отскоком, ведение с низким отскоком мяча

г) ведение с низким отскоком мяча, ведение прыжком

2 вариант

1. Игровая площадка в волейболе представляет собой прямоугольник размерами:

а) 9х9 м

б) 10х20 м

в) 18х9 м

2. Верхний край волейбольной сетки устанавливается для женщин:

а) 2,23 м

б) 2,26 м

в) 2,24 м

3. Игровое поле в волейболе включает:

а) игровую площадку

б) свободную зону и игровую площадку

в) игровую площадку и зону подачи

4. Сетка представляет собой прямоугольник, состоящий из чёрных ячеек в форме квадрата:

а) шириной 1 м и длиной 9,5 м

б) шириной 2,24 и длиной 9 м

в) шириной 0,8м и длиной 9,5 м

5. Вес волейбольного мяча:

- а) 280-290 грамм
- б) 300-320 грамм
- в) 260-280 грамм

6. Подающий должен нанести удар по мячу в течение:

- а) 8 сек после свистка первого судьи на подачу
- б) 8 сек после свистка судьи на подачу
- в) 5 сек после того, как возьмёт мяч

7. Техника игры в защите в волейболе делится на:

- а) технику стоек и перемещений
- б) технику стоек и перемещений и технику владения мячом
- в) технику перемещений и технику противодействия

8. Нижняя боковая подача относится к:

- а) технике владения мячом
- б) технике нападения
- в) технике противодействия

9. Низкая стойка волейболиста имеет угол сгибания в коленном суставе:

- а) меньше 135 °
- б) меньше 90 °
- в) меньше 45 °

10. Техника игры в защите включает в себя следующие технические приёмы:

- а) приём мяча, передачу и блок
- б) приём мяча снизу, приём мяча сверху, одиночный блок
- в) приём мяча и блок

11. При верхней подаче удар по мячу наносится выше:

- а) верхнего плечевого пояса
- б) головы
- в) выше сетки

12. Блокирование является техническим приёмом:

- а) нападения
- б) активной защиты
- в) защиты

13. Техника игры – это

- а) комплекс специальных приёмов, необходимых волейболисту для успешного участия в игре
- б) комплекс соревновательных действий волейболиста
- в) совокупность наиболее рациональных способов ведения игры

14. В подготовительной фазе действие волейболиста направлено:

- а) на подготовку к выполнению приёма
- б) на создание наилучших условий для реализации задачи данного технического приёма
- в) на оценку игровой ситуации

15. Линия трехочковых бросков с игры должна находиться на расстоянии:

- а) 6,45 м от щита
- б) 6,25 м от лицевой линии
- в) 6,75 м от середины корзины

16. Корзина расположена на высоте от поверхности площадки:

- а) 3,05 м
- б) 3,03 м
- в) 3,10 м

17. Вес баскетбольного мяча шестого размера (женского):

- а) в пределах от 510 грамм до 567 грамм
- б) в пределах от 500 грамм до 560 грамм
- в) в пределах от 530 грамм до 580 грамм

18. Какие способы передвижения включает в себя техника защиты:

- а) стойка, бег, ходьба, прыжки, остановки, повороты
- б) ходьба, повороты, перехват, отбивание
- в) прыжки, остановки, стойка, выбивание, вырывание
- г) повороты, бег, накрывание, отбивание, прыжки

19. Какие существуют способы перемещений нападающего в баскетболе:

- а) бег лицом вперед, ходьба, прыжки
- б) эстафеты, ходьба, бег
- в) ходьба, прыжки, бег, остановки, повороты
- г) бег спиной вперед, прыжки на двух ногах, остановки

20. Какие существуют способы остановки:

- а) двумя ногами
- б) поворотом и прыжком
- в) прыжком и двумя ногами
- г) ходьба, двумя ногами

ПРИЛОЖЕНИЕ №2

Методические указания для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

Рабочая программа дисциплины (модуля) адаптируется при необходимости для лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) или инвалидностью и дополняется нижеследующими особенностями при ее освоении такими обучающимися. Используются следующие образовательные технологии с учетом их адаптации для лиц с ОВЗ или инвалидностью:

Образовательные технологии	Цель	Адаптированные методы
Проблемное обучение	Развитие познавательной способности, активности, творческой самостоятельности лиц с ОВЗ или инвалидностью	Поисковые методы, постановка познавательных задач с учетом индивидуального социального опыта и особенностей лиц с ОВЗ или инвалидностью
Концентрированное обучение	Создание блочной структуры учебного процесса, наиболее отвечающей особенностям здоровья лиц с ОВЗ или инвалидностью	Методы, учитывающие динамику и уровень работоспособности лиц с ОВЗ или инвалидностью
Модульное обучение	Гибкость обучения, его приспособление к индивидуальным потребностям лиц с ОВЗ или инвалидностью	Индивидуальные методы обучения: индивидуальный темп и график обучения с учетом уровня базовой подготовки лиц с ОВЗ или инвалидностью
Дифференцированное обучение	Создание оптимальных условий для выявления индивидуальных интересов и способностей лиц с ОВЗ или инвалидностью	Методы индивидуального личностно-ориентированного обучения с учетом ОВЗ и личностных психолого-физиологических особенностей
Развивающее обучение	Ориентация учебного процесса на потенциальные возможности лиц с ОВЗ или инвалидностью	Вовлечение обучающихся с ОВЗ и инвалидов в различные виды деятельности, развитие сохранных возможностей
Социально-активное, интерактивное обучение	Моделирование предметного и социального содержания учебной деятельности лиц с ОВЗ или инвалидностью	Методы социально-активного обучения, игровые методы с учетом социального опыта лиц с ОВЗ или инвалидностью
Рефлексивное обучение, развитие критического мышления	Интерактивное вовлечение лиц с ОВЗ или инвалидностью в групповой образовательный процесс	Интерактивные методы обучения, вовлечение лиц с ОВЗ или инвалидностью в различные виды деятельности,

		создание рефлексивных ситуаций по развитию адекватного восприятия собственных особенностей
--	--	--

Имеется возможность беспрепятственного доступа обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, в учебные помещения и другие помещения ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» (на первые этажи) (имеются пандусы, поручни, расширенные дверные проёмы) по адресам:

182105, Псковская область, г. Великие Луки, пл. Юбилейная, д. 4, корп. 2;

182105, Псковская область, г. Великие Луки, пл. Юбилейная, д. 4, корпус 1;

Имеется возможность их пребывания в указанных помещениях. Лифтов нет. Аудитории для проведения учебных занятий с такими обучающимися располагаются на первых этажах.

Образовательные технологии применяются как с использованием универсальных, так и специальных информационных и коммуникационных средств, в зависимости от вида и характера ограниченных возможностей здоровья или инвалидностью обучающихся.

На уровне специальных приемов, используемых при обучении лиц с ОВЗ и инвалидностью используются следующие: 1) приемы, обеспечивающие доступность учебной информации (рельефное письмо и осязательное чтение для обучающихся с нарушениями зрения, жестовая речь для обучающихся с нарушениями слуха, дозированность учебной нагрузки и др.); 2) специальные приемы организации обучения (алгоритмизация учебной деятельности с учетом особенностей нарушения, специфика структурного построения занятий, и др.). 3) логические приемы переработки учебной информации (конкретизация, установление аналогий по образцам, обобщение по доступным признакам изучаемых объектов и явлений и др.); 4) приемы использования технических средств, специальных приборов и оборудования (технические средства по перекодированию зрительной и слуховой информации в доступные для сохраненных анализаторов сигналы, использование приборов, усиливающих зрительную, тактильную, слуховую и др. информацию).

Проводится дополнительная индивидуальная работа с преподавателем (индивидуальные консультации), работа с лекционным и дополнительным материалом, беседа, морально-эмоциональная поддержка и стимулирование, индивидуальная учебная работа, то есть дополнительное разъяснение учебного материала и углубленное изучение материала с теми обучающимися, которые в этом заинтересованы, или им требуется проведение индивидуальной учебно-воспитательной работы.

Обучающимся осуществляется самостоятельная работа: работа с книгой и другими источниками информации, план-конспекты, реферативные (воспроизводящие), реконструктивно-вариативные, эвристические, творческие самостоятельные работы, проектные работы, онлайн технологии сети «Интернет».

Конкретные формы и виды контактной работы лиц с ОВЗ или инвалидностью устанавливаются преподавателем индивидуально для каждого обучающегося или, при возможности, для нескольких обучающихся. Выбор форм и видов контактной и самостоятельной работы лиц с ОВЗ или инвалидностью осуществляется с учетом их способностей, особенностей восприятия и готовности к освоению учебного материала. Формы работы устанавливаются с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, на компьютере или с использованием иной техники, в форме тестирования и т.п.). При необходимости обучающимся предоставляется дополнительное время для консультаций и выполнения заданий.

К реализации дисциплины (модуля), в том числе при процедуре оценки уровня сформированности компетенций (в соответствии с запросами обучающихся)

привлекаются услуги ассистентов, сурдопереводчиков¹, специалистов² по специальным техническим и программным средствам обучения.

Обучение лиц с нарушениями слуха предполагает использование мультимедийных средств и других технических средств для приема-передачи учебной информации в доступных формах.

Для слабовидящих обучающихся предусмотрена возможность просмотра удаленных объектов (например, текста на доске или слайда на экране).

Обучение лиц с нарушениями зрения предполагает использование технических средств для приема-передачи учебной информации в доступных формах.

Для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата в учебных аудиториях выбирается место с возможностью беспрепятственного к нему доступа на инвалидной коляске.

Дополнительное учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля):

- библиотечный фонд помимо учебной литературы включает справочно-библиографические и периодические издания в соответствии с перечнем указанным в рабочей программе дисциплины (модуля);

- обеспечивается доступ к ним обучающихся с ОВЗ и инвалидов с использованием специальных технических средств.

Дополнительное материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)³:

- Аппаратно-программный комплекс «Читающая машина» для лиц с нарушениями зрения;

- Увеличивающее телевизионное устройство для слабовидящих ElecGeste EM-302 для лиц с нарушениями зрения;

- использование звукоусиливающей аппаратуры для лиц с нарушениями слуха.

Использование оценочных средств для определения уровня сформированности компетенций обучающихся с ОВЗ и инвалидов проводится с учетом индивидуальных особенностей восприятия, переработки материала, выполнения заданий. Материалы оценочных средств при необходимости представляются обучающимся в печатном и (или) электронном, и (или) аудиоформате, т.е. в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом,
- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме,

¹ ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» заключён договор № б/н от 01.12.2017 года на оказание, в случае необходимости, услуг сурдопереводчика

² Приказом ректора № 201 от 25.10.2016 назначены ответственные за оказание технической помощи по каждому конкретному адресу (по каждому зданию)

³ 3 октября 2018 года заключено соглашение о сотрудничестве между ФГБОУ ВО «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)», утвержденным в качестве образовательной организации высшего образования, подведомственной Министерству спорта Российской Федерации, на базе которой создан Ресурсный учебно-методический центр (РУМЦ) по обучению инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, и ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта». На основании пункта 3.1.4. этого соглашения о сотрудничестве РУМЦ предоставляет во временное пользование образовательной организации высшего образования технические средства обучения и оборудование Центра коллективного пользования для обучения студентов с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья

- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла.

Текущий контроль результатов обучения осуществляется преподавателем в процессе проведения занятий семинарского типа, а также выполнения индивидуальных работ и домашних заданий, или в режиме тренировочного тестирования в целях получения информации о выполнении обучаемым требуемых действий в процессе учебной деятельности; правильности выполнения требуемых действий; соответствия формы действия данному этапу усвоения учебного материала, что позволяет своевременно выявить затруднения и отставание обучающихся с ОВЗ и инвалидов и внести коррективы в учебный процесс. При необходимости предусматривается увеличение времени на подготовку или выполнение заданий.

Формы проведения промежуточной аттестации для обучающихся с ОВЗ и инвалидов устанавливаются с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости предусматривается увеличение времени на подготовку. Промежуточная аттестация может проводиться в несколько этапов, при необходимости предоставляется техническая помощь.

Тезисы лекций

Тема 1.1. Спортивные и подвижные игры и их место в физической культуре.(лекция 2 часа)

План:

1. Значение подвижных игр в системе физического воспитания.
2. История развития подвижных игр в мире, России.
3. Педагогические требования к проведению подвижных игр в различных возрастных группах.

Значение подвижных игр в системе физического воспитания.

Игра с давних пор была неотъемлемой частью жизни человека, использовалась с целью воспитания и физического развития подрастающего поколения.

По сравнению с учебными дисциплинами, представляющими такие области общего образования, как математика, естествознание, гуманитарные дисциплины, искусство, технология и др., *физическая культура* прошла довольно длинный и трудный путь проникновения в структуру содержания общего образования на правах самостоятельного учебного предмета.

Известно, что еще на ранних стадиях становления человечества занятия физическими упражнениями занимали значительное место в передаче социального опыта одних поколений другим. В родовом обществе физическое воспитание имело большое значение и являлось одной из главных общественных функций. Оно также оставалось существенной составляющей в формировании личности ребенка, подростка, молодого человека.

Физические упражнения в первобытном обществе были самым тесным образом связаны с трудовыми процессами, культовыми обрядами, с воспитанием, искусством и военным делом.

Физическая культура начала складываться на определенном уровне экономического и общественного развития в эпоху верхнего палеолита, т.е. около 50 тысяч лет назад.

Более совершенные орудия труда, а также возникновение родовых объединений дали людям возможность не ограничивать свою деятельность изготовлением предметов, служащих удовлетворению самых примитивных жизненных потребностей. Людям этой эпохи уже были известны музыка и культовые танцы. Но вряд ли эти танцы можно считать первыми физическими упражнениями. С еще меньшей вероятностью они были началом всех других форм физических упражнений. Однако решающее значение имело понимание людьми того обстоятельства, что охотник должен уметь быстро бегать, осторожно подкрадываться к пугливой дичи, быть сильным в борьбе с крупным зверем, а при встрече с быстрым животным должен ловко и без промаха поразить цель. Поэтому охотнику необходимо было постоянно тренироваться, развивать силу, ловкость, меткость. При изготовлении снарядов для метания приходилось совершать пробные броски. Такого рода упражнения стали неотъемлемой частью подготовки подрастающего поколения к выполнению тех задач, которые ставила перед ним жизнь в орде, роду, племени. Таким образом, в первобытном обществе и дети и взрослые принимали участие в подвижных играх с мячом и палками. Победа в состязании приносила племени славу, а победителей награждали призами.

Рабовладельческий строй — первая историческая форма классового общества. Физические упражнения в этот период носили классовый характер и были прикладными по назначению. Рабы не имели права заниматься физическими упражнениями. Свободные граждане (средние слои и бедняки) лишь в небольшой степени могли приобщаться к физической культуре.

Развитие специализации в области физического воспитания, совершенствование техники и методики выполнения физических упражнений, крупномасштабные игры и празднества, купания и лечебная гимнастика — все это свидетельствует о более высокой степени физического развития. Постепенно наибольшее распространение наряду с танцами получили стрельба из лука, фехтование, борьба, кулачные бои, плавание, конные состязания. Люди того времени воплощали в играх те битвы, которые казались им наиболее серьезными.

В Средние века в странах Востока содержание образования отражало господствующие там религиозные идеологии и мировоззрение (индуизм, буддизм, ислам). По ряду причин учебные предметы физкультурной ориентации были вытеснены из содержания общего образования; процесс становления физической культуры в качестве самостоятельного элемента структуры содержания общего образования, начатый в античных цивилизациях Греции, Рима и других рабовладельческих государств, был прерван.

Становление физической культуры в содержании образования на правах одной из единиц его структуры потребовало многовековых усилий мыслителей-гуманистов, педагогов и энтузиастов физической культуры эпохи Возрождения, социалистов-утопистов, русских социал-демократов и других представителей прогрессивной педагогической мысли. Наиболее сложным этот процесс был в России, несмотря на создание и внедрение научно обоснованной системы физического воспитания. Более того, здесь одновременно использовались теоретико-методологические положения немецкой, шведской и «сокольской» гимнастических систем, подвижных игр по Фребелю. На национальных окраинах России, на Кавказе, в Сибири, на Крайнем Севере, Дальнем Востоке физическое воспитание осуществлялось с использованием элементов народно-национальных систем.

В 50-60-х годах предмет «Физическая культура» трансформировался в системообразующую форму организации физического воспитания в учреждениях общего образования и объединил вокруг себя внепредметные (внеурочные) формы организации занятий физическими упражнениями: физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня (гимнастика до занятий, физкультурные минуты и паузы на уроках, игры и физкультурные забавы на переменах), внеклассная и внешкольная спортивно-массовая работа.

Игра - это сознательная деятельность, направленная на достижение условно поставленной цели. Формы проявления разнообразные. Вместе с развитием человеческого общества они непрерывно совершенствуются и усложняются.

Игра — это процесс моделирования реальных жизненных условий.

Игра — относительно самостоятельная деятельность детей и взрослых. Она удовлетворяет потребность людей в отдыхе, развлечении, познании, в развитии духовных и физических сил.

Подвижная игра относится к тем проявлениям игровой деятельности, в которых ярко выражена роль движений. Для подвижной игры характерны активные творческие двигательные действия, мотивированные ее сюжетом.

Подвижные игры — это игры с использованием бега, прыжков, метаний и других естественных двигательных проявлений без строго регламентированных правил.

Так, подвижные игры, которые имеют тенденции к развитию, росту своей популярности и перемещению в класс спортивных игр. Это подтверждается современные спортивные игры своим появлением обязаны простейшим подвижным играм. Такие игры

постепенно приобретали известность сначала в одном регионе, а затем в другом и т.д. Это влекло за собой необходимость выработки общих и признанных другими правил, что позволяло проводить соревнования с участием всех желающих. Так постепенно вместе с расширением содержание игр все более обогащалось, что в свою очередь вызывало необходимость предварительной подготовки участников соревнований. В этом заключается основное отличие спортивных игр от подвижных игр.

Отличие подвижных игр от	спортивных игр
- не требуют от участников специальной подготовки - не имеют четких правил - количество участников не ограничено - доступны детям и взрослым всех возрастов - разряды и звания не присваиваются	- четкие правила - точное количество участников - наличие определенного уровня физической, технической, тактической подготовки - присваиваются разряды и звания

Педагогические требования к проведению подвижных игр в различных возрастных группах.

Игровой метод – это способ организации деятельности на основе образного или условного замысла, который предусматривает достижение определенной цели в условиях постоянного и в значительной мере случайного изменения ситуации.

Характеристика игрового метода. ИМ отличается от метода регламентированного упражнения комплексным характером своего воздействия. Это является следствием особенностей игровой двигательной активности ИДА, являющейся способом удовлетворения потребностей в активном преобразовании окружающей действительности и возникающей в результате присущей психике человека творческой деятельности. Поэтому ИДА представляет собой первооснову психо-физического развития растущего организма.

Основные особенности игрового метода заключаются:

- в выборе и осознанном применении двигательных действий;
- в поиске и создании новых способов решения;
- в разнообразии целей и способов их достижения;
- в комплексном характере ИД, включающей в себя деятельность ориентировочную, деятельность интеллектуальную и деятельность двигательную, как результат взаимодействия первых двух функциональных систем жизнедеятельности организма;
- в адаптации двигательных навыков к вариативным условиям их применения, что придает им стабильность, устойчивость, гибкость;
- в доступности на всех этапах обучения (первичного ознакомления, начального изучения, закрепления и совершенствования);
- высокая эмоциональность игровой деятельности влечет за собой особую заинтересованность занимающихся к решению игровой задачи. Это дает основание отнести ИМ к числу активных методов обучения.

Средствами ИМ являются:

1 Подвижные игры (некомандные, переходные к командным, командные, имитационные, с предметами и специальным инвентарем в различных условиях – на местности и в закрытом помещении. Эти игры формируют два подвида:

а) игра-упражнение, под которым понимается неоднократное воспроизведение отдельных ДД, в воображаемых или реальных условиях. Здесь воспроизводятся требования по качеству выполнения (техническая

правильность, точность, быстрота и их сочетание). В них играющие ставят перед собой определенные задачи самостоятельно или в соответствии с требованиями педагога;

б) игра - соревнование заключается в стремлении превзойти других играющих в качестве выполнения двигательного задания. Примером такой игры может быть большой класс игр- эстафет.

Прежде чем приступать к систематическому использованию игр нужно, чтобы были хорошо **усвоены общие правила игр**:

- 1) всегда быстро и точно занимать место для начала игры;
- 2) начинать и заканчивать игру по первому сигналу руководителя;
- 3) спокойно ждать своей очереди, не переступать черту, не забегать за границу площадки, не мешать другим и быстро выходить из игры, если тебя запятали;
- 4) играть дружно, не сердиться на товарища, если он нечаянно сыграл не так, всегда помогать и выручать товарищей. Победив - не зазнаваться, проиграв - не унывать!

Подготовка к проведению игры.

Она складывается из двух важных этапов: подготовка и составление плана проведения игры; подбор инвентаря и способов размещения игроков.

Прежде чем проводить игру, следует продумать и подготовить все что для этого необходимо. В первую очередь следует разработать конспект занятий, подготовить место для игры (зал, площадка, поляна, лес), инвентарь (мячи, скакалки, мешочки, флажки, обручи и т.п.), учесть организованность и подготовленность занимающихся. Особенно важно предусмотреть удобную и быструю расстановку команд. Она должна быть такой, чтобы ход и результат игровых действий был виден всем игрокам.

Правильное размещение играющих и выбор места руководителем имеет весьма существенное значение для предупреждения сложных непредвиденных ситуаций. Учет возможных ситуаций в игре - одно из условий решения образовательных и воспитательных задач в занятии.

Следует создавать такие условия, которые обеспечивают соблюдение правил игры.

Основные правила игры.

К основным правилам игр относятся:

- начало по сигналу руководителя;
- очередной игрок в команде может приступить к выполнению задания только после того, как ему передадут эстафету или наступит его очередь;
- выполнять задание обусловленным способом;
- обегать ориентиры на поворотах;
- при уроне переносимого инвентаря (мяч, скакалка, булава и т.д.) нужно остановиться, поднять предмет, а затем продолжать движение;
- не мешать выполнять задание игрокам другой команды.

Показав содержание игры, руководитель напоминает основные правила и дает сигнал к началу. В играх могут принимать участие несколько команд. Для облегчения судейства руководитель привлекает помощников из числа учащихся, которые следят за правильностью выполнения действий каждым участником команд. Все игроки должны стремиться как можно быстрее и точнее выполнить игровое задание и принести своей команде победу.

Важным условием проведения игры и поддержания интереса к ней является правильное **деление участников на команды** с тем, чтобы они были примерно равными по силам.

В практике известны следующие способы деления участников игры на команды:

- лично руководителем, когда он хорошо знает силы играющих;
- перестроением в движении (налево по два-три-четыре);
- по расчету в строю на месте (игроки рассчитываются на первый-второй-третий, три команды), в зависимости от числа играющих;

- по выбору капитанов команд, когда играющие предварительно сговариваются парами, а капитаны их выбирают;
- по назначению капитанов, которые по очереди выбирают себе игроков, вызывая их из строя;
- по сформированным заранее учителем постоянным составам команд, играющим несколько занятий подряд.

При проведении игры необходимо соблюдать следующие условия:

- двигательные задания выполняются каждым игроком, не пропуская ни одного;
- при построении в колонну впереди стоят игроки меньшего роста (желательно строить в шеренги);
- выполнение игровых заданий исключает различные помехи, травмы и пр.;
- количество мальчиков и девочек в командах должно быть одинаковым (в противном случае в команде, у которой меньшее количество играющих, наиболее сильный игрок выполняет игровое задание дважды);
- игра-эстафета заканчивается тогда, когда во главе колонны окажется тот же игрок, который выходил на старт первым.
- командам начисляются поощрительные очки за быстроту и точность завершения игры и штрафные - за допущенные неточности и ошибки.

Выбор водящих.

Во многих играх основным персонажем является водящий. Его активность, изобретательность часто определяют ход игры. В младшем школьном возрасте каждый стремится быть водящим. Особенно велика роль водящего в самостоятельных играх, которые дети затевают без участия взрослых. Руководитель, организуя с детьми игру, в которой многое зависит от водящего, может назначить его сам. Водящего могут избрать

играющие, при этом руководитель должен сказать им какими качествами должен обладать водящий (кто хорошо бегает, кто не пропустит мяч, кто самый ловкий и т.п.). Водящий может быть победителем предыдущей игры. В играх, где водящим может стать любой, тем более что в процессе игры он будет часто меняться, прибегают к считалке. Сам процесс считалки является для детей игрой.

Как объяснить игру.

Объяснение игры проводится лишь после размещения занимающихся на исходной позиции, что облегчает лучшее понимание игры участниками и ее организацию. Объяснение игры следует сопровождать показом, чтобы у играющих не возникали лишние вопросы.

При объяснении игр всегда необходимо придерживаться следующей схемы:

- назвать игру (желательно указать, с какой целью она проводится) и дать название командам;
- объяснить и показать содержание основных двигательных действий и расположение играющих на площадке;
- кратко объяснить ход игры и направления движения игроков (желательно сопровождать показом);
- поставить перед играющими цель игры (определение победителя);
- объяснить основные правила игры (указать, за что будут начисляться штрафные очки).

Объяснять игру нужно кратко и ясно, с тем, чтобы вызвать к ней интерес и сосредоточить внимание играющих на точном выполнении двигательных действий, на соблюдении правил.

Инвентарь для игры.

Для многих игр нужен различный инвентарь: мячи, булавы, обручи, скакалки, эстафетные палочки, мешочки с песком, флажки разного цвета, веревки различной длины и толщины, ленточки, гимнастические палки, городки, кубики, дощечки, кольца и т.п.

Несложный инвентарь, который можно частично приобрести в магазине, а большинство легко изготовить в школьных мастерских силами учащихся старших классов, родителями, шефами.

В отдельных играх некоторым участникам приходится завязывать глаза. Обычно для этого используют колпаки или повязки. Колпаки можно склеить из цветной бумаги, они должны быть такого размера, чтобы полностью закрывали лицо. Если же в играх используются повязки, то

всякий раз, когда повязка переходит от одного игрока к другому, под нее подкладывают чистый лист бумаги.

Руководство процессом игры.

Обязанность руководителя - умело управлять ходом игры, вовремя ее закончить и правильно подвести итоги. Прежде всего руководитель должен комментировать процесс игры, учить (по ходу) выполнению игровых заданий (делать замечание по качеству выполнения упражнений, следить за поведением занимающихся, соблюдением правил и т.д.).

Воспитание выдержки, настойчивости в достижении цели, коллективизма - важная забота руководителя игры. Руководитель представляет максимум инициативы участникам игры и вместе с тем остается беспристрастным судьей.

Игру следует проводить так, чтобы ее участники сами следили за точным выполнением правил и игровых заданий.

Регулирование физических нагрузок в игре.

Важной методической особенностью руководства игрой является ее дозирование и завершение. Изменения и регулирование нагрузки в играх проводится следующими приемами:

- изменением дистанции для перебежек;
- изменением количества повторений игровых заданий;
- упрощением или усложнением отдельных правил;
- изменением двигательных заданий;
- изменением размеров площадки или количества инвентаря, препятствий и т.п.

После первой попытки руководитель должен подвести краткий итог и указать, какие команды действовали правильно, кто из играющих нарушил правила, объявить команду, выигравшую первую попытку. После окончания игры нужно построить участников в колонну, дать небольшую пробежку, переходящую в ходьбу. После этого подвести итог игры.

Кроме результата проведенной игры руководителю необходимо оценивать в действиях детей следующие моменты:

- знание правил и умение их применять в игре;
- умение целесообразно действовать в зависимости от игровой ситуации;
- умение использовать в игре знакомые, ранее изученные двигательные действия;
- творчество в игре.

Нельзя допускать проявления недисциплинированного поведения играющих (выкрики, споры, несогласие с решением и результатом и т.п.).

Следует добиваться сознательного выполнения игровых правил, уважения соперника, ответственности перед коллективом за свои действия и поступки.

Нужно стимулировать положительные стремления детей и не допускать проявления ложного самолюбия, превосходство над другими, зазнайство. Чрезмерное

внимание и опека к отдельным ребятам позволяют им подчас поверить в свою исключительность, превосходство и непогрешимость.

Окончание игры.

Сигналы для начала и окончания игры могут быть звуковые (свисток, команда голосом, хлопок) и зрительные (взмах флажком, рукой).

В процессе игры их лучше чередовать. В результате высокой эмоциональности, играющие не могут контролировать свое состояние, что ведет к возникновению перевозбуждения и утомления.

При появлении усталости (пассивность, потеря точности, срыв в поведении и т.п.) необходимо снизить нагрузку.

Завершать игру следует при появлении первых признаков снижения интереса, т.е. заканчивать игру нужно своевременно.

К этому моменту все поставленные цели должны быть достигнуты.

Об окончании игры желательно предупреждать игроков словами: «Последний раз!», «Осталось одно задание!» и т.п.

Окончание игры должно вызвать у занимающихся ожидание следующего урока.

Очень важно, чтобы в уроке игры правильно сочетались с другими упражнениями. Поэтому, продумывая содержание урока, руководитель должен не только определить соответствие игры данной части урока, но и найти ей место среди других упражнений.

Подведение итогов игры.

При подведении итогов игры важно учитывать не только быстроту, но и качество исполнения двигательных действий. При определении результата игры большое воспитательное значение имеет четкое выявление ошибок. При этом следует приучать занимающихся, а также судей к разбору итогов игры. Это повышает сознательную дисциплину и интерес к занятиям физическими упражнениями.

В тех играх, где возможны нарушения правил или критерием оценки является качество исполнения, следует ввести штрафные очки. Бывают случаи, когда количество ошибок у каждой команды подсчитано, а руководитель затрудняется определить победителя.

Тема 2.1. Общие основы развития теории спортивных игр (на примере волейбола)(лекция 2 часа).

План:

1. История возникновения и развития игры.
2. Основные этапы развития волейбола.
3. Современные тенденции развития волейбола.
4. Общая характеристика игры.
5. Основные правила игры.

Где зародился волейбол — в Европе, в частности в России («кулачный мяч»), или на азиатском континенте — можно продолжать спорить. Однако до сего времени по большинству источников родиной волейбола считают Соединенные Штаты Америки. Автором игры был преподаватель физической культуры колледжа в г. Гелиок штата Массачусетс, директор местного клуба Вильям Морган. Он хотел создать простую игру, которую можно было бы проводить без особых приготовлений и расходов на оборудование.

По одной версии американские пожарники как-то натянули веревку между двумя столбами и начали перебрасывать через нее резиновую камеру. По другой легенде Морган придумал эту игру для бизнесменов среднего возраста, которым весьма популярный баскетбол был не по силам. Теннисная сетка была подвешена на высоте 197 см. Любое

число игроков, помещающихся на площадке, могло играть. Морган назвал игру «минтонет». В 1895 г. Морган разработал правила новой игры.

В 1896 г. «минтонет» демонстрировался на конференции ИМКА (Союз христианской молодежи) в Спрингфилде. Так как основная идея игры заключалась в том, чтобы «ударять руками по мячу, заставляя его перелетать через сетку», игра по предложению профессора Альфреда Т.Хальстеда была переименована в «волейбол» (летающий мяч).

Первые правила игры были обнародованы в 1897 году и имели всего десять параграфов.

1. Разметка площадки
2. Принадлежности для игры
3. Величина площадки 25 x 50 футов (7,6 x 15,1 м)
4. Размер сетки 2x27 футов (0,61x 8,2 м). Высота сетки 6,5 фута (198 см).
5. Мяч - резиновая камера в кожаном или полотняном футляре. Окружность мяча 25-27 дюймов (63,5 - 68,5 см), вес 340г.
6. Подача. Игрок, производящий подачу, должен стоять одной ногой на линии и ударять мяч открытой ладонью. Если допущена ошибка при первой подаче, то подача повторяется.
7. Счет. Каждая не принятая противником подача дает 1 очко. Очки засчитываются только при собственной подаче. Если после подачи мяч на стороне подающих и они допустят ошибку, то подающий игрок сменяется.
8. Если мяч во время игры (не при подаче) попадает в сетку, это ошибка.
9. Если мяч попадает на линию, это считается ошибкой.
10. Количество игроков не ограничено.

В 1900 г. американская фирма «Сполдинг» изготовила первый волейбольный мяч и были приняты первые официальные правила игры.

В начале 1900 г. волейбол стал известен во многих городах Центральной и Южной Америки, в Канаде. В 1913 г. он был включен в программу Дальневосточных игр в Маниле, а в канун первой мировой войны появился в Европе, экспортированный туда американскими экспедиционными военными подразделениями. После окончания войны число занимающихся волейболом значительно увеличилось. В волейбол стали играть школьники, мужчины и женщины всех возрастов для времяпрепровождения на пляжах, курортах и в других местах.

Ширилась популярность волейбола, менялись, совершенствовались и правила игры:

1900 г. — партия считается оконченной, когда одна из команд набирает 21 очко; высота сетки 7 футов (213 см). Линия является частью площадки.

1912 г. — размер площадки 35x60 футов (10,6x18,2 м); высота сетки 7,5 фута (228 см); ширина сетки 3 фута (91 см). После потери подачи игроки сменяются.

1917 г. — высота сетки 8 футов (243 см); партия продолжается до 15 очков.

1918 г. — состав команды ограничен шестью игроками.

1921 г. — введена средняя линия

1922 г. — игрокам каждой команды разрешается только три удара по мячу; мяч в обхвате 66-69 см; вес мяча 275-285 г; площадка 9x18 м.

Международное признание, приобретенное волейболом, побудило США в 1922 г. выступить с предложением включить эту игру в программу олимпийских игр.

1923 г. — размер площадки 30x60 футов (9,1 м x 18,2 м). При счете 14 : 14 победителем считается команда, первой набравшая 2 очка.

1924 г. — показательные встречи по волейболу в Париже во время VIII летних Олимпийских игр. Тогда же Ассоциация волейбола США выступила с инициативой признать волейбол олимпийским видом спорта.

1925 г. — введена единая метрическая система измерений. Окружность мяча 66-69 см. Вес мяча 275-285 г. Размер площадки 9х18м (минимальный размер 6х12м). При проведении соревнований в помещении высота потолка должна быть не менее 4,5 м. Установлено место подачи: квадрат размером 1х1 м, примыкающий к правой части лицевой линии. Ширина сетки уменьшена до 9,9 м. Дифференцирована высота сетки: для женщин 2,3 м, для мужчин 2,4 м. Установлены: минимальный состав одной команды на площадке — 5 человек; продолжительность одного матча — 3 партии. Введен перерыв перед третьей партией — 10 мин.

Превращение волейбола в официально признанную спортивную игру с определенным регламентом и организацией соревнований произошло в период с 1917 по 1925 г. Наибольшую популярность в этом периоде волейбол приобрел в США. Мексике, Бразилии, Японии, Китае, на Кубе, в Корее, а в Европе — в Чехословакии, Румынии, Польше, Франции, СССР.

Наряду с правилами менялись техника и тактика волейбола. Первоначально волейбол был игрой-развлечением. Название «летающий мяч» полностью соответствовало содержанию игры. Мяч подолгу находился в воздухе. И даже при слабой технике игроков и большом их количестве на площадке (8-9 человек и больше) перебить мяч на свободное место площадки противника было трудно. Однако постепенно стали появляться способы перебивания мяча через сетку, затрудняющие действия противника.

Вскоре стало очевидным, что перебивать мяч на сторону противника с первого удара не всегда целесообразно. Лучшие условия для выигрыша очка создавались, если мяч посылался через сетку с передней части площадки. Игроки начали применять несколько касаний, игра стала коллективной. С введением пункта правил, ограничивающего число касаний (не более трех), появляются технические приемы. Третий удар стал нападающим.

Тактика игры поначалу сводилась к умению равномерно расположить игроков по площадке и перебить мяч противнику.

В 1921-1928 гг. уточняются правила игры, формируются технические приемы (подача, передачи, нападающий удар, блок). Возникают основы тактики игры, заключающиеся в первую очередь в организации действий нескольких игроков и применении ими отдельных технических приемов.

Волейбол все больше становится игрой коллективной. Это отражается на расстановке игроков на площадке, на организации нападающих и защитников команды.

1935 г. — высота сетки для мужчин увеличена до 2,45 м, а женщин — до 2,25 м.

В 1937 г. введена «линия нападения», Разделившая игроков передней и задней линий. В нападении и блокировании могут участвовать игроки только передней линии. Введены номера на майках игроков. Разрешены: замена любого игрока, а не только травмированного; подача «с руки»; перенос рук на сторону соперника при касании мяча. **1940 г.** запрещено касание мяча на стороне соперника.

1946 г. введены в действие первые международные правила игры.

1947 г. соревнования мужских команд проводятся из 5 партий, запрещена «подача с руки» и выступление 5 человек вместо шести.

После второй мировой войны по инициативе Франции, Чехословакии и Польши была создана новая техническая комиссия, по решению которой и в апреле 1947 г. в Париже состоялся первый конгресс по волейболу. В нем участвовали представители 14 стран. Конгресс принял решение о создании Международной Федерации волейбола (ФИВБ). Ее возглавил Поль Либо (Франция). Поль Либо (1947-1984) · Рубен Акоста Эрнандес (1984-2008) · Вэй Цзичжун (2008-2012) · Ари Граса Фильо (2012 -2024 Бразилия). С 2024 года президентом Международной федерации волейбола (ФИВБ) является Фабио Диас Азеведо (Бразилия).

Создание Международной Федерации означало признание волейбола как вида спорта, росло его международное значение.

В 1948 г. в Риме ФИВБ провела первое в истории волейбола **первенство Европы среди мужских команд**, в котором участвовало 6 стран. Первое место завоевала команда Чехословакии.

Последующие годы (1948-1968 гг.) характеризуются бурным развитием волейбола во всем мире. Под руководством Международной Федерации проводятся первенства Европы и мира. Кубки европейских чемпионов.

В 1949 г. введено 3 перерыва в каждой партии; **в Праге** состоялось первое Первенство мира среди мужских команд и Первенство Европы среди женских команд. Победители сборные СССР.

В 1954 г. Международный Олимпийский комитет признал волейбол олимпийским видом спорта.

С целью популяризации волейбола некоторые страны проводят соревнования по упрощенным правилам. Так, в Японии проводится чемпионат страны и по «азиатским» правилам: с более низкой сеткой (2 м для женщин, 2,3 м и для мужчин), на площадке увеличенного размера (21 x 10,5 при 9 игроках в команде, без переходов и разрешения передавать мяч броском). В США, Бразилии известен «пляжный» чемпионат, когда команды из 2-3 игроков на площадке уменьшенного размера соревнуются по олимпийской системе. Матч состоит из одной партии. Финляндия, Япония проводят чемпионаты для «старичков», т.е. для игроков старше 40 лет.

В 1957 г. на 53-й сессии МОК волейбол был объявлен **олимпийским видом спорта**. На 58-й сессии МОК было принято решение провести XVII Олимпийские игры в Токио и в программу впервые был включен волейбол.

Изменения в правилах, вступивших в действие с 1965 г., были направлены на то, чтобы еще больше повысить зрелищность волейбола. Было разрешено при блокировании переносить руки на сторону противника, дано право игрокам, участвующим в блокировании, еще раз касаться мяча. В результате уменьшилось преимущество нападения над защитой, а кроме того, удалось избежать субъективизма в судействе при фиксировании ошибок на блоке.

В 1965 г. разрешено блокирующим игрокам: касаться мяча на стороне соперника после выполнения им атакующего действия: повторное (после блокирования) касание мяча, которое не может быть атакующим или обманным действием. Введено ограничение времени на выполнение подачи после свистка судьи — 5 с. **Начинает проводиться «Кубок мира».**

В 1965 г. впервые проводился розыгрыш Кубка мира среди мужских команд. Он проходил под знаком омоложения состава в большинстве команд. Сборная СССР завоевала первое место. Это были первые официальные соревнования, проводившиеся по новым правилам. Они показали, насколько возросло значение блока.

Начиная с 1965 г. установилась следующая очередность проведения крупнейших международных соревнований по волейболу: Кубок мира, в следующем году первенство мира, затем первенство Европы и, наконец, Олимпийские игры. Таким образом, каждый год проводилось какое-либо одно официальное соревнование. С 1975 г. первенства Европы стали проводиться раз в два года.

В 1970г. в комплектацию сетки введены антенны, которые должны крепиться на расстоянии 9,4 м на краях сетки.

В 1980 г. Введены: понятия «зона подачи», «свободная зона», «зона замены», «игровое поле», «площадка»; новые образцы судейской документации: протоколы матча, бланки расстановки и т.п.

В 1988 г. пятая партия стала играть по системе «тайбрейк», т.е. при каждой подаче разыгрывается одно очко.

В 1990 г. ежегодно начинают проходить соревнования «Мировой Лиги».

В 1993 г. начинается проведение соревнования «Гранд-При» для женских команд. Международный Олимпийский комитет признал пляжный волейбол Олимпийским видом спорта.

В 1999 г. изменена система подсчета очков - игра в каждой партии до счета 25 по системе «тай-брейк». Введена функция защитника - «либеро».

Тенденции развития современного волейбола

В настоящее время национальные команды укомплектованы высококлассными игроками. В сборных мужских национальных командах нападающие игроки имеют рост более 200 см, связующие (пасующие) игроки приближаются к этому уровню. С сборных женских команд рост нападающих составляет 185-190 см, пасующих – 180-184 см. Игроки с такими данными высокий уровень физической и технико-тактической подготовленности. Игроки с меньшими ростовыми данными должны компенсировать это виртуозными технико-тактическим мастерством при атлетической физической подготовленности.

Изменения в правилах (изменение спорных моментов, уменьшение необоснованных остановок игры, изменение субъективизма судейства)

Изменение антропометрических данных игроков

Изменение в технике (начинает носить скоростной характер, более частное использование приема двумя руками; владение игроками 2 и более способами подач на силовое нападение; более быстрым съём мяча приема при игре 1-го темпа.

Развитие тактики (более частое нападение игроками задней линии (1,6,5), комбинации «пайп», рациональность тактики, уход от изменений комбинированности в игре, комплектование команды по принципу 5*1.

Совершенствование физ. подготовки (акцент на скоростно-силовой подготовленности + индивидуализация физической подготовки волейболистов.

Научное обеспечение игровой и соревновательной деятельности (использование видеозаписей, игровой статистике)

Коммерциализация волейбола (связана с требованием телевидения + высокие гонорары игроков, появление спонсоров, проведение коммерческих турниров и заключение рекламных контрактов.

Общая характеристика игры волейбол.

Волейбол – это спортивная игра с мячом, в которой две команды соревнуются на площадке специально Разделенной сеткой.

Цель игры: направить мяч над сеткой так, чтобы он коснулся площадки соперника и не дать мячу упасть на своей стороне, а также не совершить ошибок ведущих к потере мяча.

Игровое поле для волейбола.

Игровое поле

Игровое поле включает игровую площадку и свободную зону. Оно должно быть прямоугольным и симметричным.

Размеры

Игровая площадка представляет собой прямоугольник размерами 18 х 9 м, окруженный со всех сторон свободной зоной шириной минимум 3 метра.

Свободным игровым пространством является пространство над игровым полем, которое свободно от любых препятствий. Минимальная высота свободного игрового пространства над игровым полем составляет 7 м от игровой поверхности.

Игровая поверхность

Игровая поверхность должна быть плоской, горизонтальной и однообразной. Она не должна представлять никакой опасности травмирования игроков. Запрещено играть на неровных или скользких поверхностях.

В залах поверхность игровых площадок должна быть светлого цвета

На открытых площадках разрешен уклон 5 мм на 1 м для дренажа. Линии площадки, изготовленные из твердых материалов, запрещены.

Ширина всех линий 5 см. Линии должны быть светлыми и отличаться по цвету от пола и любых других линий.

Ограничительные линии

Две боковые и две лицевые линии ограничивают игровую площадку. Боковые и лицевые линии входят в размеры игровой площадки.

Средняя линия

Ось средней линии Разделяет игровую площадку на две равные площадки размером 9 x 9 м каждая; однако вся ширина линии рассматривается как принадлежащая обоим площадкам в равной степени. Эта линия проведена под сеткой от одной боковой линии до другой.

Линия атаки

На каждой площадке, линия атаки, задний край которой нанесен на расстоянии 3 м от оси средней линии, ограничивает переднюю зону.

Для ФИВБ Мировых и Официальных Соревнований линия атаки продолжена дополнительными пунктирными линиями от боковых линий, пятью 15-см короткими линиями шириной 5 см., нанесенными через 20 см, общей длиной 1,75 м.

Зоны и места

Передняя зона

На каждой площадке передняя зона ограничена осью средней линии и задним краем линии атаки.

Считается, что передняя зона простирается за боковыми линиями до конца свободной зоны

Зона подачи - это участок шириной 9 м позади каждой лицевой линии.

Она ограничена по бокам двумя короткими линиями длиной 15 см. каждая, нанесенными на расстоянии 20 см. позади лицевой линии, как продолжение боковых линий. Обе короткие линии включены в ширину зоны подачи.

По глубине зона подачи простирается до конца свободной зоны.

Зона замены

Зона замены ограничена продолжением обеих линий нападения до столика секретаря.

Сетка и стойки

Высота сетки

Сетка устанавливается вертикально над осью средней линии. Верхний край сетки устанавливается на высоте 2,43 м для мужчин и 2,24 м для женщин.

Высота сетки измеряется в середине игровой площадки. Высота сетки (над двумя боковыми линиями) должна быть совершенно одинаковой и не должна превышать официальную высоту более чем на 2 см.

Сетка шириной 1 метр и длиной 9,50-10 метров (с 25-50 см. за боковыми лентами на каждой стороне) состоит из черных ячеек в форме квадрата со стороной 10 см.

Верхний край сетки формирует горизонтальная лента шириной 7 см., выполненная из сложенной вдвое белой парусины, прошитой по всей длине. Каждый конец ленты имеет отверстие, через которое пропущен шнур, привязывающий ленту к стойкам для ее натяжения.

Внутри ленты находится гибкий трос для прикрепления сетки к стойкам и поддержания ее верхней части в натянутом состоянии.

Внизу сетки имеется другая горизонтальная лента шириной 5 см, аналогичная верхней ленте, через которую пропущен шнур. Этот шнур предназначен для прикрепления сетки к стойкам и поддержания ее нижней части в натянутом состоянии.

Боковые ленты

Две белые ленты прикреплены вертикально к сетке и расположены прямо над каждой боковой линией. Их ширина 5 см. и длина 1 м., и они считаются частью сетки.

Антенны

Антенна представляет собой гибкий стержень длиной 1,80 м и диаметром 10 мм, сделанный из стекловолокна или подобного ему материала.

Антенна прикрепляется с внешнего края каждой боковой ленты. Антенны расположены на противоположных сторонах сетки.

Каждая антенна возвышается над сеткой на 80 см. и окрашена 10 см. полосами контрастных цветов, предпочтительно красного и белого.

Антенны считаются частью сетки и ограничивают по бокам площадь перехода.

Стойки, поддерживающие сетку, устанавливаются на расстоянии 0,5-1,0 м. за боковыми линиями. Высота стоек 2,55 м. и, желательно, чтобы она была регулируемой.

Нарушения правил в волейболе

Ниже перечислены наиболее характерные для игры ошибки игроков и тренера.

При подаче

- Игрок заступил ногой на пространство площадки.
- Игрок подбросил и поймал мяч.
- По истечении 8 секунд после свистка судьи мяч передаётся команде соперников.
- Касание антенны мячом.
- Совершил подачу до свистка судьи.

При розыгрыше

- Сделано более трёх касаний.
- Касание верхнего края сетки игроком, выполняющим активное игровое действие.
- Заступ игроком задней линии трёхметровой линии при атаке.
- Ошибка на приёме: двойное касание или задержка мяча.
- Касание антенны мячом при ударе.
- Заступ на игровую половину противника.

Регламент

- Нарушение расстановки.
- Неспортивное поведение одного из игроков или тренера.
- Касание верхнего края сетки.

На XXXI конгрессе FIVB в Дубае были утверждены изменения в правилах, вступившие в силу с сезона 2009 года. Теперь заявка команды в официальных международных встречах составляет 14 игроков, 2 из которых либеро. Также изменено толкование ошибок «касание сетки» и «заступ» на игровую половину противника, уточнено определение блокирования, внесены процедурные изменения, касающиеся функций судей и порядка проведения замен.

Тема 2.3. Обучение техническим приемам в волейбол. Конспект занятия по волейболу (лекция 2 часа).

План:

1. Приемы, способствующие упрощению и усложнению условий при изучении техники игры в спортивных играх.
2. Типовая схема обучения технике игры.

Техника – совокупность различных способов решения двигательной задачи. Комплекс специальных приемов необходимых спортсмену для успешного участия в игре.

Технический прием – наиболее рациональный способ выполнения двигательного действия, отличается экономичностью, помехоустойчивостью, эффективностью.

Любой технический прием состоит из отдельных движений, при этом не все эти движения одинаково важны.

В технике выделяют:

- **основа техники** – это совокупность относительно неизменных и достаточных для решения двигательной задачи движений

- **основное (ведущее) звено техники** – это наиболее важная часть в технике данного движения

- **детали техники** – это некоторые особенности движений, которые могут в известных пределах видоизменяться, не вызывая нарушений основы техники.

Общие основы методики обучения. Условия эффективности обучения техническим приемам.

- соблюдение принципа постепенности при обучении технике игры (от простого к сложному, не закрепив один элемент не переходят к обучению другому)

- систематичность обучения (не менее 3-х раз в неделю, чтобы каждый тренировочный эффект накладывался на предыдущий)

- знание биомеханических закономерностей движений и действий

- знание причин возникновения ошибок при обучении

- использование подводящих упражнений, тренажеров, обучающих устройств, которые делают обучение более доступным.

Схема обучения техническим приемам

1. Терминологически правильно назвать прием

2. Показ приема (слайды, плакаты и т.д.)

3. Показ в сочетании с рассказом

4. Обучение в упрощенных условиях (неподвижный мяч, облегченные мячи, укороченное расстояние, опускание сетки в в\л)

5. Усложнение условий обучения (несколько мячей, активное противодействие соперника, обучение сопряженное с развитием физических качеств, выполнение приемов в комбинациях и после физических нагрузок)

6. Выполнение приемов в условиях приближенных к игре

7. Выполнение приемов в игровых и соревновательных условиях

Особенности методики обучения:

- не делать большие перерывы между занятиями, для эффективного обучения необходима систематичность тренировочных воздействий не реже 3 - х раз в неделю – это позволяет сохранять следовые эффекты от предыдущего обучающего воздействия к следующему;

- не давать большого количества повторений изучаемого двигательного действия на одном занятии, так как изучение новых движений требует большого внимания и значительных нервных напряжений, оптимальным считается серийное повторение упражнений по 8 - 12 повторений;

- использовать упрощение условий обучения: имитации, вычленение элемента техники и его разучивание, неподвижные или подвешенные мячи, облегченные мячи, укороченное расстояние до сетки, ворот, кольца;

- не выполнять изучаемый приём на фоне утомления;

- быстро и правильно определить причины типичных ошибок и найти пути их устранения.

Рекомендуемая последовательность обучения технике игры в волейболе:

1. *Стойки и перемещения.*

Как правило этим приёмам обучают в ходе разминки, параллельно с выполнением беговых упражнений и перемещений.

2. *Подача мяча.*

Для слабо подготовленных занимающихся в рамках школьного урока физической культуры начинают обучать нижней прямой подаче, потом верхней прямой подаче. В условиях ДЮСШ сразу начинают обучать верхней прямой подаче.

3. *Приём мяча 2-мя руками снизу.*

4. *Передача мяча 2-мя руками сверху.*

Порядок обучения приёму и передаче может меняться на усмотрение тренера. Обучение приёму мяча логично проводить после обучения подаче для возможности занимающихся участвовать в игре. В передаче 2-мя руками сверху участвуют мелкие мышцы кистей, что затрудняет процесс обучения у девочек. Обучение передаче после приёма позволяет лучше подготовить мышечный аппарат к предстоящей работе.

5. *Нападающий удар.*

6. *Блок.*

Рекомендуемая последовательность обучения техники игры в баскетболе:

1. *Стойка*

Обучение стойкам можно проводить в форме игры, в подготовительной части, поэтому допускается параллельно обучать стойкам и ведению мяча.

2. *Ведение*

3. *Бросок*

В начале обучают броскам с места, при закреплении техники переходят к обучению броску с 2-х шагов.

4. *Ловля-передача мяча*

5. *Приёмы защиты*

Тема 3.1. Общие основы развития теории спортивных игр (на примере баскетбола) (лекция 2 часа).

План:

1. История возникновения и развития игры.
2. Основные этапы развития баскетбола. Современные тенденции развития баскетбола.
3. Общая характеристика игры.
4. Основные правила игры.

Баскетбóл (англ. *basket* «корзина»+ *ball* «мяч») - спортивная командная игра с мячом, в которой мяч забрасывают руками в *корзину* (кольцо) соперника.

В баскетбол играют две команды, каждая из которых состоит из пяти полевых игроков (замены не ограничены). Цель каждой команды - забросить мяч в кольцо с сеткой (корзину) соперника и помешать другой команде завладеть мячом и забросить его в свою корзину.

История развития.

Самое раннее свидетельство об игре, напоминающей баскетбол, можно найти у древних цивилизаций Центральной и Южной Америки. Она называлась «пок-та-пок» и проводилась каучуковым мячом, сделанным из смолы священных деревьев.

В Мексике в шестнадцатом столетии ацтеки играли в похожую игру, которая называлась «олламалитцли».

Тем не менее честь «изобретения» современного баскетбола принадлежит уроженцу Канады доктору Джеймсу Нейсмицу.

Впервые баскетбол, как игра, была «изобретена» в 1891 г. преподавателем физического воспитания Спрингфилдского колледжа в штате Массачусетс США доктором Джеймсом Нейсмитом.

1 этап становления. Первые этапы развития баскетбола связаны с его распространением в учебных заведениях США - школах и колледжах. Ещё до начала XX века, игра довольно быстро приобрела определённую популярность не только в Соединённых Штатах, но и в Канаде.

В 1898 году была предпринята первая попытка создать профессиональное объединение - Национальную баскетбольную лигу, - однако она просуществовала лишь

пять лет. После Первой мировой войны ответственность за правила и руководство взяли на себя две любительские организации: Национальная ассоциация студенческого спорта и Любительский спортивный союз. Активную роль в популяризации баскетбола играл в то время и его непосредственный создатель, Дж. Нейсмит.

2 этап становления баскетбола 1932-1939 г.г.

18 июня 1932 года образована Международная федерация любительского баскетбола (FIBA) – 8 стран (Аргентина, Греция, Италия, Латвия, Румыния, Португалия, Чехословакия и Швейцария).

1936 год – баскетбол включен в программу Олимпийских игр в Берлине только среди мужских команд, женский баскетбол был включен только в **1976** году.

Международная федерация баскетбола (фр. *Fédération Internationale de Basketball*, сокр. **FIBA**, в русской транслитерации **ФИБА**) – организация, объединяющая все национальные баскетбольные федерации, определяющая основные направления развития мирового баскетбола. Под эгидой ФИБА проводится Чемпионат мира по баскетболу и другие международные соревнования. Штаб-квартира ФИБА находится в швейцарском городе Женева. Первый генеральный секретарь – **Ренато Ульям Джонс**.

Президент Федерации на сегодняшний день – **Сауд Али Аль Тани (Катар)**.

Изменение правил для активизации игры.

В **1936** году было отменено:

- правило разыгрывания начального броска в центральном круге после каждого забитого мяча.

- Мяч стал вводиться в игру из-за лицевой линии.

- Появилась центральная линия, разделившая площадку на две зоны, причем команде давалось только 10 секунд на перевод мяча из тыловой зоны в передовую, а обратная передача в тыловую зону была запрещена.

Начавшаяся вторая мировая война на двенадцать лет задержала дальнейшую работу в этом направлении.

3 этап. Возобновление деятельности ФИБА по организации международных соревнований (1947- 1980 г.г.).

- развитие FIBA вступление новых стран, **1947** вступление в организацию СССР; организация крупных международных соревнований;

- развиваться и вторая ветвь баскетбола, менее массовая, но более стильная в спортивном отношении - национальная баскетбольная ассоциация (NBA).

4 этап. На пути к единству (1980г – и далее).

- В 80-е годы баскетбольные матчи стали организовываться по правилам постановки шоу, но с приоритетом спортивных достижений.

- В 1988 году ФИБА объединяет уже 178 национальных федераций. Под знаменем ФИБА играют 250 млн. баскетболистов. В NBA только 300 игроков. Но это 300 лучших!!!

- в 1984 году техническая комиссия ФИБА вводит правило трехочковых бросков из-за шестиметровой линии, что значительно повышает зрелищность игры и существенно сказывается на её тактике.

- С 2000г. было введено правило 24 секунд, из них 8 секунд на владение в тыловой зоне, отменен розыгрыш спорного броска, введено 4 периода.

Олимпийские игры по баскетболу.

На Олимпийских играх 1904 года проводились показательные матчи баскетболистов США.

28 февраля 1935 года в Осло Решением сессии Международного олимпийского комитета баскетбол был признан олимпийским видом спорта.

1936 год – включение баскетбола в программу Олимпийских игр.

Перед Играми 1992 в Барселоне руководством МОК было принято решение допустить к участию профессионалов. После этого игроки НБА и WNBA смогли участвовать в соревнованиях. Решение было принято в связи с активным использованием квази-профессионалов странами соцблока.

Современные тенденции развития баскетбола.

Современные тенденции развития баскетбола затрагивают тактику, тренировку, использование технологий и изменения в правилах. Эти тенденции связаны с адаптацией игры к новым условиям, что делает её более динамичной и зрелищной.

Тактика

Инновационные схемы игры. Например, «маленький мяч» (smallball), где акцент делается на скорость и подвижность игроков, а не на физическую силу. Это позволяет создавать более динамичные атаки.

Позиционная гибкость. Игроки всё чаще обладают универсальными навыками, что позволяет им занимать разные позиции на площадке в зависимости от ситуации. Это создаёт дополнительные возможности для манёвра и затрудняет защиту соперника.

Использование трёхочковых бросков. Команды уделяют больше внимания тренировкам по броскам из-за дуги, что изменяет расстановку игроков на площадке и повышает общий темп игры.

Тренировка

Индивидуальные тренировки. Направлены на развитие специфических навыков, таких как дриблинг, бросок или защита. Это позволяет игрокам улучшать свои сильные стороны и работать над слабыми местами.

Сценарные упражнения. Тренировка в различных игровых ситуациях для подготовки к реальным матчам.

Игры в мини-группах. Развивают тактическое мышление и командную работу.

Технологии

Аналитика данных. Команды используют статистические методы для оценки производительности игроков и эффективности игровых стратегий.

Датчики движения (GPS-трекеры, акселерометры, гироскопы). Позволяют отслеживать перемещения игроков на площадке, измерять пройденное расстояние, скорость движения, количество ускорений и замедлений.

Тренажёры виртуальной (VR) и дополненной (AR) реальности. Создают симуляцию игровых ситуаций, позволяя игрокам тренировать тактические навыки и принимать решения в условиях, максимально приближённых к реальным соревнованиям.

Правила

Унификация правил. Например, с 2010-х годов международная площадка получила такой же прямоугольный трёхсекундный квадрат, как в NBA, а также увеличенную трёхочковую дугу, что сблизило стандарты игры на разных уровнях.

Сокращение времени на повторную атаку после подбора в нападении - с 24 до 14 секунд (FIBA). Это заставляет команды играть быстрее и более агрессивно.

Характеристика игры в баскетбол. Цель: забросить мяч в корзину соперника и помешать другой команде завладеть мячом и забросить его в свою корзину.

Площадка размеров 25x18 м. Продолжительность игры: матч состоит из четырёх периодов по 10 минут, при равном счёте назначаются дополнительные пятиминутные периоды.

Центральная линия

Центральная линия проводится параллельно лицевым линиям через середины боковых линий и должна выступать на 15 см за каждую боковую линию.

Ограничивающие линии

Линии, ограничивающие длинные стороны площадки, называются боковыми линиями, а линии, ограничивающие короткие стороны площадки – лицевыми.

Трёхочковая линия

Зоной трёхочковых бросков с игры является вся игровая площадка, за исключением области около корзины соперника, ограниченной трёхочковой линией — полукруг радиусом 6,75 м (с 1-го октября 2010 г.), проведённый до пересечения с пара

Линии штрафного броска

Линия штрафного броска наносится длиной 3,60 метров параллельно каждой лицевой линии так, чтобы её дальний край располагался на расстоянии 5,80 метров от внутреннего края лицевой линии, а её середина находилась на воображаемой линии, соединяющей середины обеих лицевых линий.

Правилами Международной федерации баскетбола установлен размер щита в 180×105 см. От нижнего края щита до пола или грунта должно быть 290 см. Корзина представляет собой металлическое кольцо, обтянутое сеткой без дна. Она крепится на расстоянии 0,15 м от нижнего обреза щита и 3,05 м от уровня пола.

В Национальной баскетбольной ассоциации размер баскетбольного щита -6 футов (183 см) × 3,5 фута (107 см). Баскетбольное кольцо должно быть 18 дюймов (46 см) в диаметре и располагаться на высоте 10 футов (305 см) от земли. Внутренний прямоугольник - размером 24 дюйма (61 см) × 18 дюймов (46 см)

Мяч должен иметь сферическую форму и быть установленного оттенка оранжевого цвета с традиционным рисунком из восьми вставок и черных швов. В играх мужских команд используются мячи «размер 7», в играх женских команд - «размер 6», в матчах по мини-баскетболу - «размер 5». Баскетбольные мячи бывают двух типов: предназначенные для игры только в помещениях (англ. *indoor*) и универсальные, то есть пригодные для использования и в помещениях, и на улице (англ. *Indoor/outdoor*).

№ 7 – масса – 567-650 г, окружность – 749-780 мм;

№ 6 – масса – 510-597 г, окружность – 724-737 мм;

№ 5 – масса – 470-500 г, окружность - 690-710 мм.