

УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ  
«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

**ПРОГРАММНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ**

по учебной дисциплине «Основы теории и методики избранного вида спорта» для направления специальности 6-05-1012-02 «Тренерская деятельность (гандбол)» для студентов второго курса дневной формы получения образования

УТВЕРЖДЕНЫ

на заседании кафедры спортивных игр  
протокол № 14 от «26» июня 2025г.

\_\_\_\_\_ А.А. Шевцов

Минск 2025

УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ  
«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

**ПРОГРАММНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ**

по учебной дисциплине «Основы теории и методики избранного вида спорта» для направления специальности 6-05-1012-02 «Тренерская деятельность (гандбол)» для студентов третьего курса заочной формы получения образования

УТВЕРЖДЕНЫ

на заседании кафедры спортивных игр  
протокол № 14 от «26» июня 2025г.

\_\_\_\_\_ А.А. Шевцов

Минск 2025

1. Гандбол как универсальное средство физического воспитания.
2. История возникновения и этапы развития мирового гандбола.
3. Достижения белорусских гандболистов на международных спортивных соревнованиях (чемпионатах Европы, мира, Олимпийских играх).
4. Обеспечение безопасности на учебно-тренировочных занятиях по гандболу.
5. Причины возникновения травм, оказание первой помощи при несчастных случаях.
6. Изменение правил игры как объективная необходимость, вызванная развитием игры.
7. Основные правила гандбола и последние изменения в них.
8. Методика судейства в гандболе, основные жесты судей в поле, ведение судейской документации.
9. Разновидности наказаний игроков в гандболе.
10. Минутные перерывы (тайм-ауты) во время игры. Какое количество тайм-аутом может взять каждая команда и при каких условиях.
11. За что назначается и как выполняется 7-метровый штрафной бросок.
12. Игровая форма и экипировка. Заявочный состав команды. Права и обязанности капитана команды.
13. Права и обязанности тренера гандбольной команды на спортивных соревнованиях.
14. Средства и методы развития силы гандболистов.
15. Средства и методы развития ловкости гандболистов.
16. Средства и методы развития быстроты гандболистов.
17. Средства и методы развития скоростной выносливости у гандболистов.
18. Средства и методы развития гибкости гандболистов.
19. Средства и методы развития выносливости гандболистов.
20. Классификация техники игры в гандболе. Понятия и принципы деления на «разделы», «группы», «приемы», «способы», «разновидности».
21. Основные тенденции в развитии техники и тактики современного гандбола.
22. Классификация техники гандбола: разделы, группы, приемы, разновидности, условия, способы выполнения.
23. Анализ фазовой структуры техники (на примере любого технического приема).
24. Техника перемещений в гандболе, методика обучения.
25. Техника основной стойки гандболиста, методика обучения.
26. Техника ловли мяча на месте и в движении, методика обучения.
27. Техника передачи мяча на месте и в движении; методика обучения.
28. Техника бросков мяча после трех шагов в опорном положении. Фазовая структура техники.
29. Техника бросков мяча после трех шагов в опорном положении с отклонением туловища, методика обучения.
30. Техника бросков мяча после трех шагов в безопорном положении, методика обучения.
31. Техника бросков мяча в падении, методика обучения.
32. Техника ведения мяча, методика обучения и совершенствования.
33. Техника и методика обучения броску мяча с различных игровых амплуа.
34. Классификация техники игры полевого игрока в защите.
35. Техника блокирования мяча, методика обучения и совершенствования.
36. Техника блокирования игрока, методика обучения.
37. Техника выбивания мяча при ведении, методика обучения.
38. Техника перехвата мяча. Методика обучения и совершенствования.
39. Техника игры вратаря в защите: основная стойка, техника перемещений; методика обучения.
40. Основы спортивной тактики. Определения понятий – «стратегия», «тактика», «комбинация».

41. Классификация тактики игры полевого игрока в нападении.
42. Индивидуальные тактические действия полевого игрока без мяча (финт перемещением, уход). Методика обучения.
43. Индивидуальные тактические действия полевого игрока с мячом (применение ведения, применение передачи). Методика обучения.
44. Индивидуальные тактические действия полевого игрока с мячом (применение броска). Методика обучения.
45. Групповые тактические действия полевых игроков в нападении (параллельные действия).
46. Групповые тактические действия полевых игроков в нападении (скрестные действия).
47. Групповые тактические действия полевых игроков в нападении (заслон).
48. Командные тактические действия полевых игроков в нападении (позиционное нападение 3:3; 4:2): принцип построения и согласования действий игроков, методика обучения.
49. Стремительное нападение: «эшелонированный прорыв», «быстрый прорыв», «отрыв»; фазы развития атаки.
50. Индивидуальные тактические действия вратаря в нападении, методика обучения.
51. Классификация тактических действий полевого игрока в защите.
52. Индивидуальные тактические действия полевого игрока в защите (применение выбивания, применение блокирования). Методика обучения.
53. Индивидуальные тактические действия полевого игрока в защите (опека игрока без мяча, с мячом). Методика обучения.
54. Индивидуальные тактические действия вратаря в защите. Методика обучения.
55. Методы обучения и совершенствования тактики в гандболе.
56. Организация и проведения урока по гандболу: план-конспект по проведению занятия и его содержание.
57. Требования к организации и проведению учебно-тренировочных занятий: размещение спортивного оборудования, инвентаря, окружающих предметов, дополнительному оборудованию.
58. Особенности проведения разминки на учебно-тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях.
59. Способы проведения занятий по обучению техническим приемам: фронтальный, поточный, групповой и индивидуальный.
60. Формы организации процесса обучения: групповая и индивидуальная, урочная и самостоятельная.

