

**УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»**

ПРОГРАММНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

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

УТВЕРЖДЕНЫ
на заседании кафедры спортивных игр
протокол № 14 от «26» июня 2025 г.,
_____ А.А.Шевцов

Минск 2025

**УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»**

ПРОГРАММНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

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

УТВЕРЖДЕНЫ
на заседании кафедры спортивных игр
протокол № 14 от «26» июня 2025 г.,
_____ А.А.Шевцов

Минск 2025

1. Правила безопасности на занятиях волейболом и оказание первой помощи при возникновении травм.
2. Профилактика травматизма в волейболе. Типичные травмы (основные причины их возникновения).
3. Место и значение волейбола в современном физкультурном и спортивном движении. Прикладное значение волейбола.
4. Возникновение и этапы развития волейбола в мире.
5. Исторические сведения о возникновении волейбола в нашей стране. Лучших достижений белорусских команд и отдельных волейболистов.
6. Правила игры в волейбол.
7. Состав судейской бригады волейбольного матча.
8. Обязанности первого судьи.
9. Обязанности второго судьи.
10. Обязанности судьи секретаря.
11. Обязанности судей на линии.
12. Жестикуляция в судействе спортивных соревнований по волейболу.
13. Общедагогические принципы физического воспитания.
14. Специфические принципы физического воспитания.
15. Классификация методов физического воспитания.
16. Задачи и характеристика общей физической подготовки (ОФП) волейболистов.
17. Задачи и характеристика специальной физической подготовки (СФП) волейболистов.
18. Характеристика силовых способностей. Средства и методы их развития.
19. Характеристика скоростных способностей. Средства и методы их развития.
20. Характеристика координационных способностей. Средства и методы их развития.
21. Характеристика гибкости. Средства и методы ее развития.
22. Характеристика выносливости. Средства и методы ее развития.
23. Подвижная игра как средство развития физических качеств волейболистов.
24. Характеристика подвижных игр как средство начального обучения основам технико-тактических приемов волейбола.
25. Классификация техники игры в волейбол.
26. Определение и содержание понятий «техника», «техническая подготовка», «технический прием», «обучение».
27. Последовательность обучения технике игры в волейбол.
28. Биомеханическая структура технических приемов волейбола: техника передачи мяча двумя руками сверху. Средства и методы обучения.
29. Основные ошибки в технике выполнения передачи мяча двумя руками сверху и методика их устранения.
30. Биомеханическая структура технических приемов волейбола: техника передачи мяча двумя руками снизу. Средства и методы обучения.
31. Основные ошибки в технике выполнения передачи мяча двумя руками снизу и методика их устранения.
32. Биомеханическая структура технических приемов волейбола: техника верхней прямой подачи мяча. Средства и методы обучения.

33. Основные ошибки в технике выполнения верхней прямой подачи мяча и методика их устранения.
34. Биомеханическая структура технических приемов волейбола: техника прямого нападающего удара. Средства и методы обучения.
35. Основные ошибки в технике выполнения прямого нападающего удара и методика их устранения.
36. Биомеханическая структура технических приемов волейбола: техника приёма мяча после подач и нападающих ударов. Средства и методы обучения.
37. Основные ошибки в технике выполнения приема мяча и методика их устранения.
38. Биомеханическая структура технических приемов волейбола: техника блокирования. Средства и методы обучения.
39. Основные ошибки в технике выполнения блокирования и методика их устранения.
40. Методическая последовательность в исправлении ошибок при разучивании технического приема.
41. Методическая последовательность в обучении технических приемов волейбола.
42. Классификация тактики игры в волейбол.
43. Определение и содержание понятий «тактика», «стратегия игры», «системы игры», «игровое амплуа», «игровая комбинация».
44. Этапы обучения тактике игры в волейбол.
45. Индивидуальные тактические действия в нападении.
46. Индивидуальные тактические действия в защите.
47. Групповые тактические действия в нападении.
48. Групповые тактические действия в защите.
49. Содержание учебной программы для специализированных учебно-спортивных учреждений (СУСУ).
50. Основные задачи многолетней спортивной подготовки.
51. Основная цель и задачи этапа начальной подготовки.
52. Структура, планирование и содержание учебно-тренировочных занятий в группах начальной подготовки (ГНП).
53. Подготовительная часть проведения учебно-тренировочного занятия в группах начальной подготовки (ГНП).
54. Основная часть проведения учебно-тренировочного занятия в группах начальной подготовки (ГНП).
55. Заключительная часть проведения учебно-тренировочного занятия в группах начальной подготовки (ГНП).
56. Организационно-методические указания при проведении занятий с начинающими волейболистами.
57. Формирование умений и навыков по управлению группой занимающихся в учебно-тренировочном занятии.
58. Составление план-конспекта учебно-тренировочного занятия (УТЗ).
59. Общие правила подачи команд, построения и перестроения занимающихся, место преподавателя при их проведении на учебно-тренировочном занятии.
60. Критерии отбора при комплектовании групп начальной подготовки (ГНП).