

**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 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 «Система спортивной подготовки в избранном виде спорта для направления специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по гандболу)» для студентов третьего курса заочной формы получения образования

УТВЕРЖДЕНЫ

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

_____ А.А.Шевцов

Минск 2025

1. Актуальные направления развития волейбола в мире.
2. Актуальные направления развития волейбола в Беларуси.
3. Методы обучения техническим приемам волейбола: классификация, сущность.
4. Методы обучения техническим приемам волейбола: общепедагогические методы, классификация, сущность.
5. Методы обучения техническим приемам волейбола: специфические методы, классификация, сущность.
6. Методы обучения техническим приемам волейбола: метод целостного упражнения и его сущность.
7. Методы обучения техническим приемам волейбола: метод расчлененно-конструктивного упражнения и его сущность.
8. Методы обучения техническим приемам волейбола: метод сопряжённого воздействия, классификация, сущность.
9. Методы обучения техническим приемам волейбола: игровой и соревновательный метод, классификация, сущность.
10. Упражнение, как основное средство при воспитании физических качеств юных волейболистов.
11. Характеристика особенностей подводящих упражнений: определение понятия, направленность и использование их в учебно-тренировочном процессе.
12. Характеристика особенностей специальных упражнений: определение понятия, направленность и использование их в учебно-тренировочном процессе.
13. Формирование умений и навыков воспитания физических качеств, необходимых волейболисту.
14. Методическая последовательность упражнений для воспитания специальной быстроты волейболистов.
15. Методическая последовательность упражнений для воспитания специальной силы волейболистов.
16. Методическая последовательность упражнений для воспитания специальной выносливости волейболистов.
17. Методическая последовательность упражнений для воспитания специальной ловкости волейболистов.
18. Методическая последовательность упражнений для воспитания скоростно-силовых способностей волейболистов.
19. Методическая последовательность упражнений для воспитания специальной гибкости волейболистов.
20. Классификация техники в волейболе.
21. Классификация техники нападения в волейболе.
22. Классификация техники защиты в волейболе.
23. Биомеханическая структура технических приемов волейбола: передача мяча сверху. Средства и методы обучения.
24. Биомеханическая структура технических приемов волейбола: передача мяча снизу. Средства и методы обучения.
25. Биомеханическая структура технических приемов волейбола: верхняя прямая подача мяча. Средства и методы обучения.
26. Биомеханическая структура технических приемов волейбола: прямой нападающий удар. Средства и методы обучения.
27. Биомеханическая структура технических приемов волейбола: блокирование. Средства и методы обучения.
28. Биомеханическая структура нетрадиционных технических приемов волейбола (приемы разными частями тела).
29. Основные ошибки и методика их устранения при обучении подаче мяча в волейболе.

30. Основные ошибки и методика их устранения при обучении передача мяча сверху в волейболе.
31. Основные ошибки и методика их устранения при обучении передача мяча снизу в волейболе.
32. Основные ошибки и методика их устранения при обучении прямого нападающего удара в волейболе.
33. Основные ошибки и методика их устранения при обучении одиночному и групповому блокированию в волейболе.
34. Методическая последовательность в исправлении ошибок при разучивании технического приема.
35. Методическая последовательность в обучении технических приемов волейбола.
36. Привести пример трех специально-подготовительных упражнений при разучивании верхней прямой подачи мяча.
37. Привести пример трех специально-подготовительных упражнений при разучивании передачи мяча двумя руками сверху.
38. Привести пример трех специально-подготовительных упражнений при разучивании передачи мяча двумя руками снизу.
39. Привести пример трех специально-подготовительных упражнений при разучивании прямого нападающего удара.
40. Привести пример трех специально-подготовительных упражнений при разучивании одиночного блокирования.
41. Содержание специальных упражнений для совершенствования верхней прямой подачи мяча.
42. Содержание специальных упражнений для совершенствования передачи мяча сверху.
43. Содержание специальных упражнений для совершенствования передачи мяча снизу.
44. Содержание специальных упражнений для совершенствования прямого нападающего удара.
45. Содержание специальных упражнений для совершенствования одиночного блокирования.
46. Урок как основная форма организации занимающихся волейболом.
47. Задачи и содержание подготовительной части урока по волейболу.
48. Задачи и содержание основной части урока по волейболу.
49. Задачи и содержание заключительной части урока по волейболу.
50. Формирование умений и навыков по управлению группой в учебно-тренировочном занятии.
51. Организация занимающихся на учебно-тренировочном занятии при обучении и совершенствовании техники игры в волейбол.
52. Организационно-методические указания при проведении занятий с начинающими волейболистами.
53. Этапы обучения двигательным действиям. Характеристика этапа начального ознакомления и разучивания.
54. Этапы обучения двигательным действиям. Характеристика этапа закрепления.
55. Этапы обучения двигательным действиям. Характеристика этапа совершенствования.
56. Применение технических устройств и тренажеров для обучения техническим приемам волейбола.
57. Применение технических устройств и тренажеров для воспитания физических качеств волейболистов.
58. Использование основного и дополнительного оборудования для проведения занятий с начинающими волейболистами.

59. Профилактика травматизма в волейболе. Типичные травмы (основные причины их возникновения).
60. Правила соревнований по волейболу: место и оборудование для игры.
61. Правила волейбола связанные с касанием сетки. Последние изменения в правилах игры.
62. Методика составления положения о соревнованиях по волейболу.
63. Системы розыгрыша для проведения соревнований по волейболу. Составить календарь соревнований для 10 команд по круговой системе.