УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ

«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

# **Зачетные и экзаменационные требования**

по учебной 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 № 2 от «12» сентября 2023 г.

 **Зачетные требования**

|  |
| --- |
| 1. Место и значение волейбола в современном физкультурном и спортивном движении. Прикладное значение волейбола.
 |
| 1. Возникновение и этапы развития волейбола в мире.
 |
| 1. Исторические сведения о возникновении волейбола в нашей стране и о лучших достижениях команд и отдельных волейболистов.
2. Спортивные достижения белорусских волейболистов в разные исторические периоды. Привести пример двух-трех волейболистов, добившихся наилучших спортивных результатов.
3. Актуальные направления развития волейбола в мире.
4. Сведения о развитии волейбола в стране за истекший год. Анализ важнейших соревнований отечественного и международного уровня.
5. Общедидактические принципы физического воспитания. Содержание принципа сознательности и активности.
6. Общедидактические принципы физического воспитания. Содержание принципа сознательности и активности.
7. Общедидактические принципы физического воспитания. Содержание принципа наглядности.
8. Общедидактические принципы физического воспитания. Содержание принципа доступности и индивидуализации.
9. Классификация методов физического воспитания.
10. Использование различных методов обучения в учебно-тренировочном процессе с начинающими волейболистами.
11. Использование основного и дополнительного оборудования для проведения занятий с начинающими волейболистами
12. Специфические принципы физического воспитания. Содержание принципа непрерывности процесса физического воспитания.
13. Специфические принципы физического воспитания. Содержание принципа системного чередования нагрузок и отдыха.
14. Специфические принципы физического воспитания. Содержание принципа постепенного наращивания развивающе-тренирующих воздействий.
15. Специфические принципы физического воспитания. Содержание принципа Принцип адаптированного сбалансирования динамики нагрузок.
16. Специфические принципы физического воспитания. Содержание принципа циклического построения занятий.
17. Специфические принципы физического воспитания. Содержание принципа возрастной адекватности направлений физического воспитания.
18. Основные понятия предмета: «игра», «подвижная игра», «спортивная игра», «обучение», «тренировка».
19. Подвижные игры как средство физического воспитания.
20. Использование подвижных игр для воспитания физических качеств юных волейболистов.
21. Характеристика подвижных игр как средства начального обучения основам технико-тактических приемов волейбола.
22. Задачи и характеристика общей физической подготовки волейболистов.
23. Общая физическая подготовка волейболистов. Контроль уровня общей физической подготовленности волейболистов.
24. Характеристика специальной физической подготовки волейболистов.
25. Контроль уровня специальной физической подготовленности волейболистов.
26. Основы методики воспитания специальных физических качеств волейболистов.
27. Характеристика специальной быстроты волейболиста (определение, методы и средства воспитания).
28. Характеристика специальной силы. Методика воспитания специальной силы.
29. Характеристика специальной гибкости волейболистов. Методика воспитания гибкости.
30. Методика воспитания ловкости. Основные критерии оценки ловкости.
 |

**Экзаменационные требования**

|  |
| --- |
| 1. Место и значение волейбола в современном физкультурном и спортивном движении. Прикладное значение волейбола.
 |
| 1. Возникновение и этапы развития волейбола в мире.
 |
| 1. Исторические сведения о возникновении волейбола в нашей стране и о лучших достижениях команд и отдельных волейболистов.
2. Спортивные достижения белорусских волейболистов в разные исторические периоды. Привести пример двух-трех волейболистов, добившихся наилучших спортивных результатов.
3. Актуальные направления развития волейбола в мире.
4. Сведения о развитии волейбола в стране за истекший год. Анализ важнейших соревнований отечественного и международного уровня.
5. Общедидактические принципы физического воспитания. Содержание принципа сознательности и активности.
6. Общедидактические принципы физического воспитания. Содержание принципа сознательности и активности.
7. Общедидактические принципы физического воспитания. Содержание принципа наглядности.
8. Общедидактические принципы физического воспитания. Содержание принципа доступности и индивидуализации.
9. Классификация методов физического воспитания.
10. Использование различных методов обучения в учебно-тренировочном процессе с начинающими волейболистами.
11. Использование основного и дополнительного оборудования для проведения занятий с начинающими волейболистами
12. Специфические принципы физического воспитания. Содержание принципа непрерывности процесса физического воспитания.
13. Специфические принципы физического воспитания. Содержание принципа системного чередования нагрузок и отдыха.
14. Специфические принципы физического воспитания. Содержание принципа постепенного наращивания развивающе-тренирующих воздействий.
15. Специфические принципы физического воспитания. Содержание принципа Принцип адаптированного сбалансирования динамики нагрузок.
16. Специфические принципы физического воспитания. Содержание принципа циклического построения занятий.
17. Специфические принципы физического воспитания. Содержание принципа возрастной адекватности направлений физического воспитания.
18. Основные понятия предмета: «игра», «подвижная игра», «спортивная игра», «обучение», «тренировка».
19. Подвижные игры как средство физического воспитания.
20. Использование подвижных игр для воспитания физических качеств юных волейболистов.
21. Характеристика подвижных игр как средства начального обучения основам технико-тактических приемов волейбола.
22. Задачи и характеристика общей физической подготовки волейболистов.
23. Общая физическая подготовка волейболистов. Контроль уровня общей физической подготовленности волейболистов.
24. Характеристика специальной физической подготовки волейболистов.
25. Контроль уровня специальной физической подготовленности волейболистов.
26. Основы методики воспитания специальных физических качеств волейболистов.
27. Характеристика специальной быстроты волейболиста (определение, методы и средства воспитания).
28. Характеристика специальной силы. Методика воспитания специальной силы.
29. Характеристика специальной гибкости волейболистов. Методика воспитания гибкости.
30. Методика воспитания ловкости. Основные критерии оценки ловкости.
31. Характеристика специальной выносливости волейболистов.
32. Прыгучесть волейболистов (определение, средства и методы воспитания).
33. Правила игры в волейбол. Значение правил в спорте.
34. Правила волейбола, регламентирующие действия на площадке «либеро».
35. Правила игры в волейбол. Замены и перерывы в волейбольном матче.
36. Методика подготовки и проведения соревнований по волейболу.
37. Методика составления положения о соревнованиях по волейболу.
38. Состав судейской бригады волейбольного матча.
39. Обязанности первого судьи.
40. Обязанности второго судьи.
41. Обязанности судьи секретаря
42. Обязанности судьи на линии.
43. Обязанности судьи секретаря волейбольного матча.
44. Жестикуляция в судействе соревнований.
45. Методика судейства соревнований. Взаимодействие судей.
46. Системы розыгрыша для проведения соревнований по волейболу. Составить календарь соревнований для 10 команд по круговой системе.
47. Системы розыгрыша для проведения соревнований по волейболу. Составить календарь соревнований для 10 команд по системе с выбыванием.
48. Профилактика травматизма в волейболе. Типичные травмы (основные причины их возникновения).
 |
| 1. Методика оказания первой помощи при типичных травмах в тренировочном процессе волейболистов.
 |
| 1. Характеристика различных типов утомления, наиболее характерных для волейбола: умственное, эмоциональное, физическое.
 |
| 1. Организация процесса обучения. Формы организации процесса обучения: групповая, индивидуальная, урочная, самостоятельная.
 |

1. Методические приемы управления группой занимающихся на занятиях волейболом.

|  |
| --- |
| 1. Соотношение объемов ОФП и СФП в годичном цикле тренировки.
2. Задачи и содержание подготовительной части урока по волейболу.
 |

1. Организационно-методические указания в подготовительной части урока.
2. Задачи и содержание основной части урока по волейболу.
3. Организационно-методические указания в заключительной части урока.
4. Принципы подбора общеразвивающих упражнений на месте для урока по волейболу.
5. Принципы подбора общеразвивающих упражнений в движении для урока по волейболу.
6. Общие правила подачи команд, построения и перестроения занимающихся, место преподавателя при их проведении на уроке по волейболу.
7. Особенности психолого-педагогической деятельности тренера по волейболу.