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 (гандбол)»

для студентов первого курса

дневной формы получения образования

 УТВЕРЖДЕНЫ

 на заседании кафедры спортивных игр

 протокол № 2 от 12 сентября 2023г.

**Зачетные требования**

1. Гандбол в системе физического воспитания.
2. История возникновения и этапы развития гандбола.
3. Гандбол на Олимпийских играх.
4. Гандбол на чемпионатах мира и Европы.
5. Развитие и современное состояние гандбола в Республике Беларусь.
6. Достижения белорусских гандболистов на международных спортивных соревнованиях (чемпионатах Европы, мира, Олимпийских играх.
7. Эволюция правил игры гандбол.
8. Характер деятельности гандболистов, возможности получения травм.
9. Обеспечение безопасности на учебно-тренировочных занятиях по гандболу.
10. Профилактика травматизма, оказание первой доврачебной помощи при несчастных случаях.
11. Требования к организации и проведению учебно-тренировочных занятий: размещение спортивного оборудования, инвентаря, окружающих предметов, дополнительному оборудованию.
12. Анализ основных положений правил в гандбол.
13. Системы проведения спортивных соревнований по гандболу, их характеристика и значимость.
14. Обязанности главного судьи и главного секретаря при проведении спортивных соревнований по гандболу.
15. Расположение судей в поле, взаимосвязь их действий во время судейства.
16. Жесты и подача звуковых сигналов судьями в поле: назначение, характеристика.
17. Протокол спортивных соревнований, техника его заполнения.
18. Основные правила игры и последние изменения в них.
19. Минутные перерывы (тайм-ауты) во время игры. Какое количество тайм-аутом может взять каждая команда и при каких условиях.
20. За что назначается и как выполняется 7-метровый штрафной бросок.
21. Разновидности наказаний игроков в гандболе.
22. Игровая форма и экипировка. Заявочный состав команды. Права и обязанности капитана команды.
23. Процедура подачи протеста в спорных моментах.
24. Права и обязанности тренера гандбольной команды на спортивных соревнованиях.
25. Принцип всестороннего гармонического развития личности как один из основополагающих принципов системы физического воспитания.
26. Принцип оздоровительной направленности, его характеристика.
27. Принцип сознательности и активности, его характеристика.
28. Принцип наглядности, его сущность.
29. Принцип доступности и индивидуализации, его характеристика.
30. Принцип систематичности, его характеристика.
31. Принципы непрерывности процесса физического воспитания и системного чередования в нем нагрузок.
32. Специфические и неспецифические (общепедагогические) средства физического воспитания.
33. Общеподготовительные упражнения, как средства разносторонней подготовки спортсмена.
34. Специально-подготовительные упражнения и их виды.

**Экзаменационные требования**

1. Гандбол в системе физического воспитания.
2. История возникновения и этапы развития гандбола.
3. Гандбол на Олимпийских играх.
4. Гандбол на чемпионатах мира и Европы.
5. Развитие и современное состояние гандбола в Республике Беларусь.
6. Достижения белорусских гандболистов на международных спортивных соревнованиях (чемпионатах Европы, мира, Олимпийских играх.
7. Эволюция правил игры гандбол.
8. Характер деятельности гандболистов, возможности получения травм.
9. Обеспечение безопасности на учебно-тренировочных занятиях по гандболу.
10. Профилактика травматизма, оказание первой доврачебной помощи при несчастных случаях.
11. Требования к организации и проведению учебно-тренировочных занятий: размещение спортивного оборудования, инвентаря, окружающих предметов, дополнительному оборудованию.
12. Анализ основных положений правил в гандбол.
13. Системы проведения спортивных соревнований по гандболу, их характеристика и значимость.
14. Обязанности главного судьи и главного секретаря при проведении спортивных соревнований по гандболу.
15. Расположение судей в поле, взаимосвязь их действий во время судейства.
16. Жесты и подача звуковых сигналов судьями в поле: назначение, характеристика.
17. Протокол спортивных соревнований, техника его заполнения.
18. Основные правила игры и последние изменения в них.
19. Минутные перерывы (тайм-ауты) во время игры. Какое количество тайм-аутом может взять каждая команда и при каких условиях.
20. За что назначается и как выполняется 7-метровый штрафной бросок.
21. Разновидности наказаний игроков в гандболе.
22. Игровая форма и экипировка. Заявочный состав команды. Права и обязанности капитана команды.
23. Процедура подачи протеста в спорных моментах.
24. Права и обязанности тренера гандбольной команды на спортивных соревнованиях.
25. Принцип всестороннего гармонического развития личности как один из основополагающих принципов системы физического воспитания.
26. Принцип оздоровительной направленности, его характеристика.
27. Принцип сознательности и активности, его характеристика.
28. Принцип наглядности, его сущность.
29. Принцип доступности и индивидуализации, его характеристика.
30. Принцип систематичности, его характеристика.
31. Принципы непрерывности процесса физического воспитания и системного чередования в нем нагрузок.
32. Специфические и неспецифические (общепедагогические) средства физического воспитания.
33. Общеподготовительные упражнения, как средства разносторонней подготовки спортсмена.
34. Специально-подготовительные упражнения и их виды.
35. Техника физических упражнений (основа, определяющее звено, детали техники).
36. Основные характеристики техники физических упражнений: пространственные, временные, пространственно-временные, динамические и ритмическая характеристики физических упражнений.
37. Специфические и неспецифические (общепедагогические) методы, используемые в процессе физического воспитания.
38. Метод строго регламентированного упражнения и его разновидности.
39. Игровой и соревновательный методы, дать характеристику.
40. Круговая тренировка как комплексная организационно-методическая форма проведения занятия.
41. Двигательные умения и навыки. Определение.
42. Положительный и отрицательный перенос навыков и его учет при построении обучения.
43. Формы организации процесса обучения: групповая и индивидуальная, урочная и самостоятельная.
44. Способы проведения занятий по обучению техническим приемам: фронтальный, поточный, групповой и индивидуальный.
45. Характеристика профессиональной деятельности тренера по гандболу: знания, умения и опыт, необходимые тренеру.
46. Организация и проведения урока по гандболу: план-конспект по проведению занятия и его содержание.
47. Определение понятия «сила». Средства и методы развития силы у гандболистов.
48. Определение понятия «скоростно-силовые способности». Средства и методы развития скоростно-силовых способностей у гандболистов.
49. Виды силовых способностей гандболистов: средства и методы развития, возрастная периодизация.
50. Определение понятия «быстрота». Формы ее проявления. Средства и методы развития быстроты.
51. Определение понятия «общая (аэробная) выносливость». Средства и методы развития аэробной выносливости у гандболистов.
52. Определение понятия «скоростная (анаэробная) выносливость». Средства и методы развития скоростной выносливости гандболистов.
53. Определение понятия «ловкость». Средства и методы развития ловкости гандболистов.
54. Определение понятия «гибкость». Активная и пассивная гибкость. Средства и методы развития гибкости у гандболистов.
55. Классификация техники гандбола: разделы, группы, приемы, разновидности, условия, способы выполнения.
56. Анализ фазовой структуры техники (на примере любого технического приема).
57. Классификация техники нападения полевого игрока в гандболе.
58. Техника и методика обучения перемещениям в нападении полевого игрока.
59. Техника и методика обучения ловли мяча на месте.
60. Техника и методика обучения ловли мяча в движении.
61. Техника и методика обучения передачи мяча одной рукой сверху в опорном положении.
62. Техника и методика обучения ведению мяча.
63. Классификация бросков мяча по воротам.
64. Техника и методика обучения броску мяча одной рукой сверху в опорном положении.
65. Техника и методика обучения броску мяча одной рукой сверху в безопорном положении.
66. Техника и методика обучения броску мяча в падении.
67. Техника и методика обучения броску мяча с различных игровых амплуа.
68. Классификация техники нападения вратаря в гандболе.
69. Техника нападения вратаря: перемещения, владение мячом. Методика обучения и совершенствования.