УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ

«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

**Зачетные и экзаменационные требования**

по учебной дисциплине «Основы теории и методики избранного вида 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 № 02 от 12 сентября 2023 г.

**Зачетные требования**

1. Правила безопасности при занятиях гандболом; причины возникновения травм.
2. История возникновения и этапы развития мирового гандбола; гандбол в Республике Беларусь.
3. Методика судейства в гандболе; последние изменения правил игры и их современная интерпретация.
4. Место спортивных соревнований в учебно-тренировочном процессе и их классификация.
5. Современные правила игры, их значение и объективная необходимость.
6. Классификация упражнений в гандболе.
7. Характеристика упражнений, как основных средств воспитания специальных физических качеств у гандболистов.
8. Классификация техники игры в гандболе. Понятия и принципы деления на «разделы», «группы», «приемы», «способы», «разновидности».
9. Фазовая структура технических приемов: подготовительная, основная, завершающая фазы двигательного действия.
10. Теоретические основы тактики гандбола, определение понятий «стратегия», «тактика»; формы ведения спортивной борьбы.
11. Классификация тактики игры в гандболе. Определения понятий – «стратегия», «тактика», «комбинация».
12. Специальные физические качества гандболистов, методы их развития.
13. Средства физического воспитания, применяемые в гандболе и их краткая характеристика.
14. Специально-подготовленные упражнения, направленные на развитие физических качеств.
15. Подводящие упражнения, как основное средство обучения приемам техники в гандболе.
16. Метод строго-регламентированного упражнения при обучении техническим приемам в гандболе.
17. Характеристики учебно-тренировочного занятия по гандболу, его структура и содержание.
18. Методика подбора и составления комплекса общеразвивающих упражнений для гандболистов.
19. Особенности организации учебно-тренировочных занятий по гандболу, подбора и организации упражнений.
20. Содержание и структура план-конспекта учебно-тренировочного занятия по гандболу.
21. Особенности методики проведения учебно-тренировочного занятия с юными гандболистами.
22. Особенности методики проведения учебно-тренировочного занятия с квалифицированными гандболистами.
23. Особенности методики развития силы у гандболистов (3-4 подготовительных упражнения, направленных на развитие силы различных мышечных групп).
24. Особенности методики развития быстроты у гандболистов; 5-6 подготовительных упражнения.
25. Особенности методики развития ловкости у гандболистов; 4-5 подготовительных упражнения.
26. Особенности методики развития гибкости у гандболистов; 4-5 подготовительных упражнения.
27. Особенности методики развития скоростно-силовых способностей у гандболистов; 3-4 подготовительных упражнения.
28. Особенности методики развития выносливости у гандболистов; 3-4 подготовительных упражнения.
29. Техника перемещений в нападении, особенности методики обучения; 3-4 подводящих упражнения.
30. Техника ловли мяча, особенности методики обучения; 3-4 подводящих упражнения.

**Экзаменационные требования**

1. Правила безопасности при занятиях гандболом; причины возникновения травм.
2. История возникновения и этапы развития мирового гандбола; гандбол в Республике Беларусь.
3. Методика судейства в гандболе; последние изменения правил игры и их современная интерпретация.
4. Место спортивных соревнований в учебно-тренировочном процессе и их классификация.
5. Современные правила игры, их значение и объективная необходимость.
6. Классификация упражнений в гандболе.
7. Характеристика упражнений, как основных средств воспитания специальных физических качеств у гандболистов.
8. Классификация техники игры в гандболе. Понятия и принципы деления на «разделы», «группы», «приемы», «способы», «разновидности».
9. Фазовая структура технических приемов: подготовительная, основная, завершающая фазы двигательного действия.
10. Теоретические основы тактики гандбола, определение понятий «стратегия», «тактика»; формы ведения спортивной борьбы.
11. Классификация тактики игры в гандболе. Определения понятий – «стратегия», «тактика», «комбинация».
12. Специальные физические качества гандболистов, методы их развития.
13. Средства физического воспитания, применяемые в гандболе и их краткая характеристика.
14. Специально-подготовленные упражнения, направленные на развитие физических качеств.
15. Подводящие упражнения, как основное средство обучения приемам техники в гандболе.
16. Метод строго-регламентированного упражнения при обучении техническим приемам в гандболе.
17. Характеристики учебно-тренировочного занятия по гандболу, его структура и содержание.
18. Методика подбора и составления комплекса общеразвивающих упражнений для гандболистов.
19. Особенности организации учебно-тренировочных занятий по гандболу, подбора и организации упражнений.
20. Содержание и структура план-конспекта учебно-тренировочного занятия по гандболу.
21. Особенности методики проведения учебно-тренировочного занятия с юными гандболистами.
22. Особенности методики проведения учебно-тренировочного занятия с квалифицированными гандболистами.
23. Особенности методики развития силы у гандболистов (3-4 подготовительных упражнения, направленных на развитие силы различных мышечных групп).
24. Особенности методики развития быстроты у гандболистов; 5-6 подготовительных упражнения.
25. Особенности методики развития ловкости у гандболистов; 4-5 подготовительных упражнения.
26. Особенности методики развития гибкости у гандболистов; 4-5 подготовительных упражнения.
27. Особенности методики развития скоростно-силовых способностей у гандболистов; 3-4 подготовительных упражнения.
28. Особенности методики развития выносливости у гандболистов; 3-4 подготовительных упражнения.
29. Техника перемещений в нападении, особенности методики обучения; 3-4 подводящих упражнения.
30. Техника ловли мяча, особенности методики обучения; 3-4 подводящих упражнения.
31. Техника передач мяча на месте, особенности методики обучения; 3-4 подводящих упражнения.
32. Техника передач мяча в движении, особенности методики обучения;
3-4 подводящих упражнения.
33. Техника ведения мяча, особенности методики обучения; 3-4 подводящих упражнения.
34. Техника бросков мяча по воротам в опорном положении, особенности методики обучения; 3-4 подводящих упражнения.
35. Техника бросков мяча по воротам в безопорном положении, особенности методики обучения; 3-4 подводящих упражнения.
36. Техника бросков мяча по воротам в падении, особенности методики обучения; 3-4 подводящих упражнения.
37. Техника бросков мяча по воротам с позиции полусреднего, особенности методики обучения; 3-4 подводящих упражнения.
38. Техника бросков мяча по воротам с позиции крайнего нападающего, особенности методики обучения; 3-4 подводящих упражнения.
39. Техника бросков мяча по воротам с позиции линейного, особенности методики обучения; 3-4 подводящих упражнения.
40. Техника перемещений в защите, особенности методики обучения; 3-4 подводящих упражнения.
41. Техника блокирования мяча, особенности методики обучения; 3-4 подводящих упражнения.
42. Техника блокирования игрока, особенности методики обучения; 3-4 подводящих упражнения.
43. Техника выбивания мяча, особенности методики обучения; 3-4 подводящих упражнения.
44. Техника перехвата мяча, особенности методики обучения; 3-4 подводящих упражнения.
45. Особенности методики обучения индивидуальным тактическим действиям в нападении; специальные упражнения, применяемые для обучения действиям игрока без мяча.
46. Особенности методики обучения индивидуальным тактическим действиям в нападении; специальные упражнения, применяемые для обучения действиям игрока с мячом.
47. Особенности методики обучения групповым тактическим действиям в нападении; специальные упражнения, применяемые для обучения взаимодействиям двух игроков.
48. Особенности методики обучения групповым тактическим действиям в нападении; специальные упражнения, применяемые для обучения взаимодействиям трех игроков.
49. Особенности методики обучения командным тактическим действиям в нападении; специальные упражнения, применяемые для обучения системе позиционного нападения.
50. Особенности методики обучения командным тактическим действиям в нападении; специальные упражнения, применяемые для обучения системе стремительного нападения.
51. Особенности методики обучения командным тактическим действиям в нападении; специальные упражнения, применяемые для обучения контратаки.
52. Особенности методики обучения индивидуальным тактическим действиям в защите; специальные упражнения, применяемые для обучения действиям против нападающего игрока без мяча.
53. Особенности методики обучения индивидуальным тактическим действиям в защите; специальные упражнения, применяемые для обучения действиям против нападающего игрока с мячом.
54. Особенности методики обучения групповым тактическим действиям в защите; специальные упражнения, применяемые для обучения противодействию взаимодействиям двух игроков в нападении.
55. Особенности методики обучения групповым тактическим действиям в защите; специальные упражнения, применяемые для обучения противодействию взаимодействиям трех игроков в нападении.
56. Особенности методики обучения командным тактическим действиям в защите; специальные упражнения, применяемые для обучения зонной системе защиты.
57. Особенности методики обучения командным тактическим действиям в защите; специальные упражнения, применяемые для обучения смешанной системе защиты.
58. Особенности методики обучения командным тактическим действиям в защите; специальные упражнения, применяемые для обучения персональной системе защиты.
59. Особенности методики обучения индивидуальным тактическим действиям вратаря; специальные упражнения, применяемые для обучения выбора позиции в воротах.
60. Особенности методики обучения командным тактическим действиям вратаря; специальные упражнения, применяемые для обучения взаимодействиям вратаря с защитниками.