УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ

«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

# **Зачетные требования**

по учебной дисциплине «Основы теории и методики избранного вида спорта» для направления специальности 6-05-1012-02

«Тренерская деятельность (баскетбол)»

для студентов первого курса

дневной формы получения образования

УТВЕРЖДЕНЫ

на заседании кафедры спортивных игр

протокол № 2 от «12» сентября 2023 г.

**Зачетные требования**

1. Баскетбол в системе физического воспитания человека.
2. История возникновения и этапы развития мирового баскетбола.
3. История развития баскетбола в Республике Беларусь.
4. Основные правила баскетбола и последние изменения в них.
5. Баскетбол 3х3: правила, развитие и современное состояние в Республике Беларусь.
6. Методика судейства в баскетболе, основные жесты и ведение судейской документации.
7. Обеспечение безопасности на учебных занятиях по баскетболу; причины возникновения травм, оказание первой помощи.
8. Спортивное оборудование и инвентарь в баскетболе.
9. Средства и методы развития гибкости баскетболистов.
10. Средства и методы развития силы баскетболистов.
11. Средства и методы развития ловкости баскетболистов.
12. Средства и методы развития быстроты баскетболистов.
13. Средства и методы развития выносливости баскетболистов.
14. Средства обучения техническим приемам баскетбола.
15. Методы обучения техническим приемам баскетбола.
16. Классификация техники баскетбола.
17. Техника в баскетболе: фазовая структура техники.
18. Последовательность обучения техническим действиям в баскетболе.
19. Разновидности заслонов, техника, методика обучения и совершенствования.
20. Техника перемещений в баскетболе, методика обучения и совершенствования.
21. Техника основной стойки баскетболиста, методика обучения и совершенствования.
22. Техника остановки «прыжком» и «шагом», методика обучения и совершенствования.
23. Техника поворотов методика обучения и совершенствования.
24. Техника передачи двумя руками от груди (с отскоком и без него), методика обучения и совершенствования.
25. Техника передачи одной рукой от плеча, методика обучения и совершенствования.
26. Техника передачи мяча сверху (от головы), методика обучения и совершенствования.
27. Техника ведения мяча, методика обучения и совершенствования.
28. Техника броска мяча с места, методика обучения и совершенствования.
29. Техника броска мяча в движении одной рукой сверху, методика обучения и совершенствования.
30. Техника броска в движении одной рукой снизу, методика обучения и совершенствования.
31. Техника броска мяча «крюком», методика обучения и совершенствования.
32. Техника броска мяча в прыжке, методика обучения и совершенствования.