

**Приложение 1 к РПД Теория и методика  
спортивных игр  
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(адаптивная физическая культура).  
Направленность (профиль) – Тренер-преподаватель по адаптивной  
физической культуре.  
Форма обучения – заочная  
Год набора - 2022**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ  
ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

|    |                          |   |
|----|--------------------------|---|
| 1. | Кафедра                  | Физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности  |
| 2. | Направление подготовки   | 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) |
| 3. | Направленность (профиль) | Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре  |
| 4. | Дисциплина (модуль)      | Теория и методика спортивных игр  |
| 5. | Форма обучения           | заочная   |
| 6. | Год набора               | 2022  |

**I. Методические рекомендации**

**3 курс, 5 семестр**

**Раздел I «Теория и методика баскетбола»**

**1.1. Методические рекомендации по организации работы студентов во время  
проведения лекционных занятий**

Приступая к изучению дисциплины, студенту необходимо внимательно ознакомиться с тематическим планом занятий, списком рекомендованной литературы. Следует уяснить последовательность выполнения индивидуальных учебных заданий. Самостоятельная работа студента предполагает работу с научной и учебной литературой. Уровень и глубина усвоения дисциплины зависят от активной и систематической работы на лекциях и изучения рекомендованной литературы.

При изучении дисциплины студенты выполняют следующие задания:

- изучают рекомендованную литературу;
- выполняют задания, предусмотренные для самостоятельной работы.

В ходе лекций преподаватель излагает и разъясняет основные, наиболее сложные понятия темы, а также связанные с ней теоретические и практические проблемы, дает рекомендации на практическое занятие и указания на самостоятельную работу.

Качество учебной работы студентов преподаватель оценивает с использованием технологической карты дисциплины, размещенной на сайте МАГУ.

**1.2 Методические рекомендации по организации работы студентов  
во время проведения практических занятий**

Практические занятия проводятся в спортивном зале. Приступая к изучению дисциплины, студенту необходимо внимательно ознакомиться с тематическим планом занятий, списком рекомендованной литературы. Следует уяснить последовательность выполнения индивидуальных учебных заданий. Обязательно проводится инструктаж по технике безопасности.

При организации и проведении практических занятий по дисциплине «Теория и методика баскетбола» необходимо учитывать следующие положения:

- заходить в спортивный зал, разрешается только в сменной обуви или бахилах;
- для занятий в зале необходимо иметь спортивную форму и чистую сменную спортивную обувь;
- при посещении зала в первый раз занимающемуся необходимо ознакомиться с Правилами посещения спортивного зала, пройти инструктаж по технике безопасности у преподавателя;
- входить и выходить из спортивного зала только с разрешения преподавателя;
- запрещается брать спортивный инвентарь без разрешения преподавателя.

Во время практических занятий студенту необходимо выполнять все указания преподавателя, верхнюю одежду, головные уборы, уличную обувь сдавать на хранение в гардероб, убирать за собой инвентарь и оборудование, соблюдать правила техники безопасности и личной гигиены, бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию.

#### **1.4. Методические рекомендации для студентов по выполнению контрольной работы.**

Контрольная работа состоит из трех блоков.

1 блок – составление картотеки упражнений на выбранную тематику.

2 блок – составление плана-конспекта тренировочного занятия по баскетболу.

3 блок – составление комплекса упражнений на формирование «Чувства мяча».

В соответствии с темой занятия выделить его цель, сформулировать задачи (оздоровительные, образовательные, воспитательные) и определить соответствующие им средства, методы (практические, словесные, наглядные) и приемы обучения.

Подобрать специально-подготовительные или подводящие, основные или вспомогательные упражнения, используя адекватные методические приемы (слуховые или зрительные ориентиры, дополнительные технические средства для обучения, взаимосвязь упражнений подготовительной и основной части занятия, дозировку используемых средств, в целях решения задач обучения).

Определить способы выполнения упражнений в соответствии с их характером и возможностями спортивного инвентаря, а также способы оказания помощи или страховки и исправления ошибок в процессе обучения упражнениям.

Выделить приемы стимулирования двигательной деятельности занимающихся, приемы текущего контроля и критерии оценки изучаемого упражнения.

Подобрать упражнения и игры для основной и заключительной части занятия.

Оформить конспект по сложившейся в практике форме.

## **II. Планы практических занятий**

### **III КУРС – 5 семестр**

#### **Раздел I «Теория и методика баскетбола»**

#### **Тема 1.2. Техника игры (2 часа)**

##### **План**

1. Техника передвижений в баскетболе.
2. Техника владения мячом в нападении: ловля и передачи мяча, бросок, ведение.
3. Техника овладения мячом и противодействия: вырывание, выбивание, подбор отскока, перехват, отбивание.

*Список литературы:* [2, с. 18], [3, с. 26-27],

*Вопросы для самоконтроля:*

1. Дайте классификацию техники игры в баскетбол.
2. Перечислите игровые приемы в защите и нападении.
3. Что такое условия и способы выполнения технических действий?
4. Перечислите фазы выполнения технического действия.

*Задания для самостоятельной работы:*

1. Составить развернутую схему классификации техники игры.
2. Записать фазовый анализ двух приемов игры (защита и нападение) по выбору.
3. Составить комплекс упражнений на совершенствование техники выполнения одного приема нападения.

### **Тема 1.3. Тактика игры (2 часа)**

**План:**

#### **2.3.1. Тактика нападения**

- 1 Индивидуальные действия.
- 2 Групповые действия.
- 3 Командные действия.

#### **2.3.2. Тактика защиты**

- 1 Индивидуальные действия.
- 2 Групповые действия.
- 3 Командные действия.

*Список литературы:* [2, с. 146-151], [4, с. 22-52],

*Вопросы для самоконтроля:*

1. Дайте определение и характеристику понятиям: «тактика игры», «тактическое взаимодействие», «система игры», «комбинация игры».
2. Что представляет собой классификация тактики игры в баскетбол?
3. Какое распределение игроков по амплу принято в современном баскетболе?

*Задания для самостоятельной работы:*

1. Записать и составить схемы тактических взаимодействий:
  - двух игроков: заслон наведением и пересечением;
  - трех игроков: «треугольник», «тройка», «малая восьмерка»
  - командных действий: стремительное и позиционное нападение.

### **Тема 1.4. Методика обучения технике и тактике игры в баскетбол (6 часов)**

**План:**

- 1 Методика обучения технике игры.
- 2 Методика обучения тактике игры.

*Список литературы:* [2, с. 23-285]

1. Нестеровский, Д. И. Баскетбол. Теория и методика обучения [Текст] : учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по спец. 033100 - Физическая культура / Д. И. Нестеровский - Изд. 2-е., испр. - М. : Академия, 2006. - 336 с. с.23-285

*Вопросы для самоконтроля:*

1. Какова последовательность обучения технике игры в баскетбол?

2. Назовите этапы обучения технике игры в баскетбол. Какие средства и методы применяются при этом.
3. Расскажите о структуре и содержании обучения тактике игры. Какие средства и методы применяются при этом.

*Задания для самостоятельной работы:*

1. Составить план-конспект занятия по баскетболу с применением различных способов организации занимающихся.

### **3 курс, 6 семестр**

#### **Раздел II «Теория и методика волейбола»**

##### **1.1. Методические рекомендации по организации работы студентов во время проведения лекционных занятий**

Приступая к изучению дисциплины, студенту необходимо внимательно ознакомиться с тематическим планом занятий, списком рекомендованной литературы. Следует уяснить последовательность выполнения индивидуальных учебных заданий. Самостоятельная работа студента предполагает работу с научной и учебной литературой. Уровень и глубина усвоения дисциплины зависят от активной и систематической работы на лекциях и изучения рекомендованной литературы.

При изучении дисциплины студенты выполняют следующие задания:

- изучают рекомендованную литературу;
- выполняют задания, предусмотренные для самостоятельной работы.

В ходе лекций преподаватель излагает и разъясняет основные, наиболее сложные понятия темы, а также связанные с ней теоретические и практические проблемы, дает рекомендации на практическое занятие и указания на самостоятельную работу.

Качество учебной работы студентов преподаватель оценивает с использованием технологической карты дисциплины, размещенной на сайте МАГУ.

##### **1.2 Методические рекомендации по подготовке и работе на практических занятиях**

Приступая к изучению дисциплины, студенту следует уяснить последовательность выполнения индивидуальных учебных заданий. Самостоятельная работа студента предполагает работу с научной и учебной литературой, отработку технических и тактических приемов игры.

Практические занятия завершают изучение наиболее важных тем учебной дисциплины. Они служат для закрепления изученного материала, формирования умений и навыков выполнения технических и тактических приемов игры в волейбол, методики обучения элементам волейбола, развития физических качеств обучающихся, умениям организации и проведения соревнований по волейболу, а также для контроля преподавателем степени подготовленности студентов по изучаемой дисциплине.

При подготовке к практическому занятию студенты имеют возможность воспользоваться консультациями преподавателя.

Качество учебной работы студентов преподаватель оценивает с использованием технологической карты дисциплины, размещенной на сайте МАГУ.

##### **1.3. Методические рекомендации по подготовке к рубежному контролю (тест)**

При подготовке к тесту необходимо понять логику изложенного материала. Этому немало способствует составление развернутого плана, таблиц и схем. Интернет-тренажеры (<http://www.i-exam.ru>), позволяют, во-первых, закрепить знания, во-вторых,

приобрести соответствующие психологические навыки саморегуляции и самоконтроля, которые повышают эффективность подготовки, способствуют развитию навыков мыслительной работы.

При решении теста необходимо:

- внимательно изучить структуру теста, оценить объем времени, выделяемого на данный тест, увидеть, какого типа задания в нем содержатся;
- начинать отвечать на те вопросы, в правильности решения которых нет сомнений, пока не останавливаясь на тех, которые могут вызвать затруднения;
- внимательно читать задания до конца, не пытаясь понять условия «по первым словам» или выполнив подобные задания в предыдущих тестированиях;
- если Вы не знаете ответа на вопрос или не уверены в правильности, следует пропустить его и отметить, чтобы потом к нему вернуться;
- рассчитывать выполнение заданий нужно всегда так, чтобы осталось время на проверку и доработку.

#### **1.4. Методические рекомендации по подготовке к сдаче зачета**

Основным источником подготовки к зачету является рекомендуемая литература и конспекты лекций. Следует точно запоминать термины и категории, поскольку в их определениях содержатся признаки, позволяющие уяснить их сущность и отличить эти понятия от других.

Зачет проводится по билетам, каждый из которых содержит два вопроса. Содержание билетов охватывает весь пройденный материал. По окончании ответа преподаватель, принимающий зачет, может задать студенту дополнительные и уточняющие вопросы.

При подготовке к ответу на зачете студенту рекомендуется составить план ответа на каждый вопрос. Положительным также будет стремление студента изложить различные точки зрения на рассматриваемую проблему, выразить свое отношение к ней.

#### **1.5. Методические рекомендации по участию в соревнованиях**

Студенты могут принять участие в спортивных соревнованиях любого уровня по волейболу (в качестве участника, судьи, технического секретаря).

## **II. Планы практических занятий Практические занятия №1-2**

### **Техника игры (4 часа)**

#### **План:**

1. Стойки и перемещения.
2. Передачи мяча сверху и снизу двумя руками.
3. Подачи мяча.
4. Нападающий удар.
5. Блокирование.

**Литература:** [1, с.87-305]

#### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Из какой стойки выполняется:
  - а) атакующий удар;
  - б) прием подачи;
  - в) прием нападающего удара.
2. Чем характеризуются устойчивая и неустойчивая стойки?
3. Чем характеризуются перемещения бегом и шагом?
4. Назовите известные Вам упражнения для развития быстроты.

5. От чего зависит скорость и траектория полета мяча?
6. Чем характеризуется ударное движение при передаче?

#### **Задания для самостоятельной работы**

1. Подбор и выполнение упражнений для развития быстроты, ловкости.
2. Тестовое задание: бег 6 X 5 – определение быстроты передвижения.
3. Принятие И.П. для выполнения передачи сверху.
4. Имитация встречного движения рук к мячу (многократно)

### **Практическое занятие №3**

#### **Тактика игры (2 часа)**

##### **План:**

1. Тактика игры в нападении.
2. Тактика игры в защите.

**Литература:** [5, с.211-306]

##### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Определите зону выполнения атакующего удара нападающим.
2. В каком номере должен находиться пасующий при атаке с передачи игрока передней зоны?
3. То же, с передачи игрока задней зоны?
4. С какой целью выполняется выход пасующего из задней зоны?
5. Назовите количество игроков, участвующих в комбинациях тактики нападения?
6. Когда применяется система игры «углом назад»?
7. Когда применяется система игры «углом вперед»?
8. Чем определяется эффективность защитных действий команды?

#### **Задания для самостоятельной работы**

1. Просмотр к/ф «Тактика волейбола».

### **Практические занятия №4-5**

#### **Методика обучения технике и тактике игры (4 часа)**

##### **План:**

1. Методика обучения технике передвижения.
2. Методика обучения технике передач мяча.
3. Методика обучения технике подач мяча.
4. Методика обучения технике нападающего удара.
5. Методика обучения технике блокирования.
6. Методика обучения тактике игры в нападении.
7. Методика обучения тактике игры в защите.

**Литература:** [3, с.271-304]

##### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Какие средства являются основными при обучении перемещениям?
2. Какие физические качества необходимо развивать при совершенствовании перемещений?
3. Какие дидактические принципы используются при обучении перемещениям?
4. Как предотвратить травматизм при обучении перемещениям?
5. Какова связь упражнений, направленных на развитие быстроты передвижений с техникой их выполнения?
6. Какие физические качества необходимо развивать при обучении приему мяча?
7. Каков алгоритм обучения приему мяча?
8. Какие методы необходимо использовать при обучении приему мяча?
9. Какие методические приемы помогут поправить «согнутое» положение рук?
10. Чем определяется точность приема?
11. Какие физические качества необходимо развивать при обучении подачам?

12. Каков алгоритм обучения подачам?
13. Какие методы необходимо использовать при обучении подачам?
14. Какие физические качества необходимо развивать при обучении нападающим ударам, блокированию?
15. Каков алгоритм обучения нападающему удару, блокированию?
16. Какие методы необходимо использовать при обучении нападающему удару, блокированию?
17. Чем отличается нападающий и атакующий удары?
18. Какие методические приемы помогут направить неправильную постановку ног при стопорящем шаге?
19. Какое нестандартное оборудование может быть использовано при обучении блокированию?
20. На каком этапе начинают обучение тактике нападения?
21. Выделите ряд факторов, предопределяющих успешность тактических действий волейболиста в нападении?
22. Что составляет основу упражнений по формированию тактических действий в нападении (индивидуальных, групповых, командных – на выбор)
23. На каком этапе начинают обучение тактике защиты?
24. Выделите ряд факторов, предопределяющих успешность тактических действий волейболиста в защите?
25. Что составляет основу упражнений по формированию тактических действий в защите (индивидуальных, групповых, командных – на выбор)

#### **Задания для самостоятельной работы**

1. Выполнение упражнений, способствующих развитию специальных физических качеств.
2. Подобрать 10-12 упражнений для обучения стойкам и перемещениям волейболиста.
3. Составить картотеку игр, подготовительных к волейболу.
4. Выполнение упражнений, способствующих развитию специальных физических качеств.
5. Подобрать 10-12 упражнений для обучения передачам сверху двумя руками.
6. Составить картотеку игр, по обучению передаче сверху двумя руками.

### **4 курс, 7 семестр**

#### **Раздел III «Теория и методика настольного тенниса»**

##### **1.1. Методические рекомендации по организации работы студентов во время проведения лекционных занятий**

Приступая к изучению дисциплины, студенту необходимо внимательно ознакомиться с тематическим планом занятий, списком рекомендованной литературы. Следует уяснить последовательность выполнения индивидуальных учебных заданий. Самостоятельная работа студента предполагает работу с научной и учебной литературой. Уровень и глубина усвоения дисциплины зависят от активной и систематической работы на лекциях и изучения рекомендованной литературы.

При изучении дисциплины студенты выполняют следующие задания:

- изучают рекомендованную литературу;
- выполняют задания, предусмотренные для самостоятельной работы.

В ходе лекций преподаватель излагает и разъясняет основные, наиболее сложные понятия темы, а также связанные с ней теоретические и практические проблемы, дает рекомендации на практическое занятие и указания на самостоятельную работу.

Качество учебной работы студентов преподаватель оценивает с использованием технологической карты дисциплины, размещенной на сайте МАГУ.

## **1.2 Методические рекомендации по подготовке и работе на практических занятиях**

Приступая к изучению дисциплины, студенту следует уяснить последовательность выполнения индивидуальных учебных заданий. Самостоятельная работа студента предполагает работу с научной и учебной литературой.

Практические занятия завершают изучение наиболее важных тем учебной дисциплины. Они служат для закрепления изученного материала, формирования умений и навыков выполнения технических и тактических приемов игры в настольный теннис, методики обучения элементам настольного тенниса, развития физических качеств обучающихся, умениям организации и проведения соревнований по настольному теннису, а также для контроля преподавателем степени подготовленности студентов по изучаемой дисциплине.

При подготовке к практическому занятию студенты имеют возможность воспользоваться консультациями преподавателя. Кроме указанных тем студенты вправе, по согласованию с преподавателем, избирать и другие интересующие их темы.

Качество учебной работы студентов преподаватель оценивает с использованием технологической карты дисциплины, размещенной на сайте МАГУ.

## **1.3. Методические рекомендации по подготовке к рубежному контролю (тест)**

При подготовке к тесту необходимо понять логику изложенного материала. Этому немало способствует составление развернутого плана, таблиц и схем. Интернет-тренажеры (<http://www.i-exam.ru>), позволяют, во-первых, закрепить знания, во-вторых, приобрести соответствующие психологические навыки саморегуляции и самоконтроля, которые повышают эффективность подготовки, способствуют развитию навыков мыслительной работы.

При решении теста необходимо:

- внимательно изучить структуру теста, оценить объем времени, выделяемого на данный тест, увидеть, какого типа задания в нем содержатся;
- начинать отвечать на те вопросы, в правильности решения которых нет сомнений, пока не останавливаясь на тех, которые могут вызвать затруднения;
- внимательно читать задания до конца, не пытаясь понять условия «по первым словам» или выполнив подобные задания в предыдущих тестированиях;
- если Вы не знаете ответа на вопрос или не уверены в правильности, следует пропустить его и отметить, чтобы потом к нему вернуться;
- рассчитывать выполнение заданий нужно всегда так, чтобы осталось время на проверку и доработку.

## **1.4 Методические рекомендации по проведению ролевой игры**

Студенты выполняют обязанности 1 судьи при проведении учебной игры. Они должны знать правила игры, судейские жесты и методику проведения судейства.

При проведении ролевой игры к студенту предъявляются следующие требования:

1. Знание Официальных правил настольного тенниса.
2. Знание прав и обязанностей судьи.
3. Умение правильно оценить и показать жестом ошибку.
4. Умение заполнения протокола встречи.

## **1.5 Методические рекомендации по подготовке реферата**

Рефераты в системе физкультурно-педагогического образования являются одной из форм проверки знаний студентов.



Перед написанием реферата, прежде всего, необходимо ознакомиться с перечнем рекомендуемой литературы, затем прочитать один раз основные источники по теме и приступить к составлению плана изложения.

На втором этапе необходимо законспектировать и проанализировать основные положения работы, а затем приступить к изложению *своими словами* содержания реферата, придерживаясь последовательности в изложении материала, в соответствии с планом. При необходимости можно приводить цитаты, взятые в кавычки, например (1, С.53). *Списывание текста из источника категорически воспрещается, так же как не допускается своими словами пересказ одного лишь учебника или учебного пособия.*

Реферат должен быть соответствующим образом оформлен, составлять не более 8-10 страниц печатного текста и отражать существенные ключевые моменты темы.

#### **Структура реферата:**

- 1) *титульный лист* – без нумерации;
- 2) *план*;
- 3) *введение* – с краткой аннотацией выполненной работы, содержит актуальность проблемы, обоснование темы, цели и задачи. Объем: 1-2 стр.;
- 4) *основная часть*: должна включать основные вопросы, подлежащие освещению, анализ изучаемой темы. Объем: 5-7 стр.
- 5) *заключение* – по существу выполненной работы. Объем: 1-2 стр.
- 6) *список литературы* – перечень литературы, используемой для написания текста реферата (в алфавитном порядке) – не менее 5-7 источников.

### **1.6. Методические рекомендации по подготовке к сдаче зачета**

Зачет по модулю «Теория и методика настольного тенниса» проводится в виде сдачи тестов по технике игры. При подготовке к сдаче зачета рекомендуется без пропусков посещать практические занятия по дисциплине, на которых формируются умения выполнения технических приемов настольного тенниса.

### **1.7. Методические рекомендации по подготовке презентаций**

При подготовке презентаций должны быть соблюдены следующие требования:

1. Выполнение презентации в программе Microsoft Office Power Point 2003, 2007 г.г.;
2. Количество слайдов – 8 -10 шт.;
3. Структура: титульный слайд, слайды с основным содержанием, итоговый слайд (Спасибо за внимание!);
4. Эргометрические требования: количество строк на слайде – 10 – 12; шрифт – 24 – 28; темный фон – светлый шрифт и наоборот.
5. Видеоролики и видеофрагменты сохранить отдельным файлом.

### **1.8. Методические рекомендации по участию в соревнованиях**

Студенты могут принять участие в спортивных соревнованиях любого уровня по настольному теннису (в качестве участника, судьи, технического секретаря).

## **II. Планы практических занятий**

### **Практическое занятие № 1**

#### **Технические приемы игры в настольный теннис (2 часа)**

##### **План:**

1. Стойки и перемещения.
2. Хватка ракетки.
3. Толчок.
4. Накат (справа, слева).
5. Подачи.

**Литература:** [2, с. 59]

**Вопросы для самоконтроля:**

1. В чем отличие горизонтальной и вертикальной хваток ракеток?
2. Преимущества и недостатки хваток.
3. Чем характеризуются перемещения теннисиста?

**Задания для самостоятельной работы**

1. Подбор и выполнение упражнений для развития перемещения теннисиста.
2. Выполнение подготовительных упражнений с мячом и ракеткой:
  - а) упражнения без вращения мяча ракеткой;
  - б) упражнения на вращение мяча ракеткой.

**Практическое занятие № 2**

**Классификация тактики настольного тенниса. Тактики нападения и защиты (2 часа)**

**План:**

1. Тактика игры в нападении.
2. Тактика игры в защите.

**Литература:** [2, с. 193]

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Какие подачи наиболее эффективны при игре в защите и нападении?
2. Наиболее эффективные способы перемещения при игре в защите и нападении.
3. Назовите составляющие тактики розыгрыша очка.
4. Выбор тактики игры против «атакующего».
5. Выбор тактики игры против «защитника».

**Задания для самостоятельной работы**

1. Практически правильно построить игру:
  - а) против атакующего игрока.
  - б) против игрока защитника.

**Практическое занятие № 3**

**Методика обучения технике и тактике игры (2 часа)**

**План:**

1. Методика обучения технике игры.
2. Методика обучения тактике игры.
3. Ролевая игра: организация и проведение соревнований.
4. Методика судейства.

**Литература:** [4, с. 198]

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Какие средства являются основными при обучении передвижениям?
2. Какие физические качества необходимо развивать при совершенствовании перемещений?
3. Предотвращение травматизма при обучении перемещениям?
4. Какие физические качества необходимо развивать при обучении ударам?
5. Какова последовательность обучения ударам?
6. Каков алгоритм обучения подачам?
7. Назовите последовательность мероприятий по организации и проведению соревнований в настольном теннисе.
8. Перечислите обязанности судьи в настольном теннисе.
9. Способы проведения соревнований в настольном теннисе.

**Задания для самостоятельной работы**

1. Выполнение упражнений, способствующих развитию спортивных физических качеств.

2. Подобрать по 10-12 упражнений для каждого раздела – подготовительные, подводящие упражнения; упражнения по технике.
3. Подготовка к участию в ролевой игре (знать обязанности судьи, секретаря, жесты судьи)

#### **4 курс, 8 семестр**

### **Раздел IV «Теория и методика футбола»**

#### **1.1. Методические рекомендации по организации работы студентов во время проведения лекционных занятий**

Приступая к изучению дисциплины, студенту необходимо внимательно ознакомиться с тематическим планом занятий, списком рекомендованной литературы. Следует уяснить последовательность выполнения индивидуальных учебных заданий. Самостоятельная работа студента предполагает работу с научной и учебной литературой. Уровень и глубина усвоения дисциплины зависят от активной и систематической работы на лекциях и изучения рекомендованной литературы.

При изучении дисциплины студенты выполняют следующие задания:

- изучают рекомендованную литературу;
- выполняют задания, предусмотренные для самостоятельной работы.

В ходе лекций преподаватель излагает и разъясняет основные, наиболее сложные понятия темы, а также связанные с ней теоретические и практические проблемы, дает рекомендации на практическое занятие и указания на самостоятельную работу.

Качество учебной работы студентов преподаватель оценивает с использованием технологической карты дисциплины, размещенной на сайте МАГУ.

#### **1.2 Методические рекомендации по подготовке и работе на практических занятиях**

Приступая к изучению дисциплины, студенту следует уяснить последовательность выполнения индивидуальных учебных заданий. Самостоятельная работа студента предполагает работу с научной и учебной литературой.

Практические занятия завершают изучение наиболее важных тем учебной дисциплины. Они служат для закрепления изученного материала, формирования умений и навыков выполнения технических и тактических приемов игры в футбол, методики обучения элементам футбола, развития физических качеств обучающихся, умениям организации и проведения соревнований по футболу, а также для контроля преподавателем степени подготовленности студентов по изучаемой дисциплине.

При подготовке к практическому занятию студенты имеют возможность воспользоваться консультациями преподавателя. Кроме указанных тем студенты вправе, по согласованию с преподавателем, избирать и другие интересующие их темы.

Качество учебной работы студентов преподаватель оценивает с использованием технологической карты дисциплины, размещенной на сайте МАГУ.

#### **1.3. Методические рекомендации по подготовке к рубежному контролю (тест)**

При подготовке к тесту необходимо понять логику изложенного материала. Этому немало способствует составление развернутого плана, таблиц и схем. Интернет-тренажеры (<http://www.i-exam.ru>), позволяющие, во-первых, закрепить знания, во-вторых, приобрести соответствующие психологические навыки саморегуляции и самоконтроля, которые повышают эффективность подготовки, способствуют развитию навыков мыслительной работы.

При решении теста необходимо:

- внимательно изучить структуру теста, оценить объем времени, выделяемого на данный тест, увидеть, какого типа задания в нем содержатся;
- начинать отвечать на те вопросы, в правильности решения которых нет сомнений, пока не останавливаясь на тех, которые могут вызвать затруднения;
- внимательно читать задания до конца, не пытаясь понять условия «по первым словам» или выполнив подобные задания в предыдущих тестированиях;
- если Вы не знаете ответа на вопрос или не уверены в правильности, следует пропустить его и отметить, чтобы потом к нему вернуться;
- рассчитывать выполнение заданий нужно всегда так, чтобы осталось время на проверку и доработку.

#### **1.4 Методические рекомендации по проведению ролевой игры**

Студенты выполняют обязанности судьи при проведении учебной игры. Они должны знать правила игры, судейские жесты и методику проведения судейства.

При проведении ролевой игры к студенту предъявляются следующие требования:

5. Знание Официальных правил футбола.
6. Знание прав и обязанностей судьи.
7. Умение правильно оценить и показать жестом ошибку.
8. Умение заполнения протокола встречи.

#### **1.6 Методические рекомендации по подготовке реферата**

Рефераты в системе физкультурно-педагогического образования являются одной из форм проверки знаний студентов.

Перед написанием реферата, прежде всего, необходимо ознакомиться с перечнем рекомендуемой литературы, затем прочитать один раз основные источники по теме и приступить к составлению плана изложения.

На втором этапе необходимо законспектировать и проанализировать основные положения работы, а затем приступить к изложению *своими словами* содержания реферата, придерживаясь последовательности в изложении материала, в соответствии с планом. При необходимости можно приводить цитаты, взятые в кавычки, например (1, С.53). *Списывание текста из источника категорически воспрещается, так же как не допускается своими словами пересказ одного лишь учебника или учебного пособия.*

Реферат должен быть соответствующим образом оформлен, составлять не более 8-10 страниц печатного текста и отражать существенные ключевые моменты темы.

##### **Структура реферата:**

- 7) *титальный лист* – без нумерации;
- 8) *план*;
- 9) *введение* – с краткой аннотацией выполненной работы, содержит актуальность проблемы, обоснование темы, цели и задачи. Объем: 1-2 стр.;
- 10) *основная часть*: должна включать основные вопросы, подлежащие освещению, анализ изучаемой темы. Объем: 5-7 стр.
- 11) *заключение* – по существу выполненной работы. Объем: 1-2 стр.
- 12) *список литературы* – перечень литературы, используемой для написания текста реферата (в алфавитном порядке) – не менее 5-7 источников.

#### **1.6. Методические рекомендации по подготовке к сдаче экзамена**

Основным источником подготовки к экзамену является рекомендуемая литература и конспекты лекций. Следует точно запоминать термины и категории, поскольку в их определениях содержатся признаки, позволяющие уяснить их сущность и отличить эти понятия от других.

Экзамен проводится по билетам, каждый из которых содержит два вопроса. Содержание билетов охватывает весь пройденный материал. По окончании ответа

преподаватель, принимающий экзамен, может задать студенту дополнительные и уточняющие вопросы.

При подготовке к ответу на экзамене студенту рекомендуется составить план ответа на каждый вопрос. Положительным также будет стремление студента изложить различные точки зрения на рассматриваемую проблему, выразить свое отношение к ней.

### **1.9. Методические рекомендации по подготовке презентаций**

При подготовке презентаций должны быть соблюдены следующие требования:

6. Выполнение презентации в программе Microsoft Office Power Point 2003, 2007 г.г.;
7. Количество слайдов – 8 -10 шт.;
8. Структура: титульный слайд, слайды с основным содержанием, итоговый слайд (Спасибо за внимание!);
9. Эргометрические требования: количество строк на слайде – 10 – 12; шрифт – 24 – 28; темный фон – светлый шрифт и наоборот.
10. Видеоролики и видеофрагменты сохранить отдельным файлом.

### **1.10. Методические рекомендации по участию в соревнованиях**

Студенты могут принять участие в спортивных соревнованиях любого уровня по футболу (в качестве участника, судьи, технического секретаря).

## **II. Планы практических занятий**

### **Практическое занятие №1 (2 часа)**

#### **Техника игры**

##### **План:**

1. Перемещения.
2. Удары.
3. Остановки.
4. Ведение.
5. Финты.
6. Передачи и отбор.

**Литература:** [1, с.121-186]

##### **Вопросы для коллективного обсуждения:**

1. В чем отличие удара?
2. Преимущества и недостатки остановки.
3. Чем характеризуются перемещения футболиста?
4. Влияние направления движения мяча при ведении ногой
5. В какой ситуации нужно принимать финты
6. Недостатки преимущества различных вариантов приема мяча.
7. Выбор варианта передачи мяча.

##### **Задания для самостоятельной работы:**

1. Выполнение подготовительных и подводящих упражнений по обучению технике игры.
2. Совершенствование физических качеств, необходимых для овладения техническими приемами игры.

### **Практическое занятие №2**

#### **Тактика игры (2 часа)**

##### **План:**

1. Тактика нападения (индивидуальные, групповые, командные действия).
2. Тактика защиты (индивидуальные, групповые, командные действия).

**Литература:** [2, с. 205-240]

##### **Вопросы для коллективного обсуждения:**

1. Выбор тактики игры против команды, играющей на прессинге
2. Выбор тактики игры против команды, играющей от защиты

**Задания для самостоятельной работы:**

1. Выполнение индивидуальных упражнений по обучению тактике игры
2. Составление картотеки комбинаций тактики нападения (уметь объяснить суть комбинации).

**Практическое занятие №3**

**Методика обучения технике и тактике игры (2 часа)**

**План:**

1. Методика обучения технике игры.
2. Методика обучения тактике игры.

**Литература:** [2, с. 243-287]

**Вопросы для коллективного обсуждения:**

1. Какова основная задача учителя физической культуры при обучении технике игры?
2. Сколько времени от урока (в %) должна занимать игра?
3. Что может повысить плотность занятия?
4. Какие средства являются основными при обучении техническим приемам в футболе?
5. Какие методы используются при обучении техническим приемам в футболе?

**Задания для самостоятельной работы:**

1. Составление конспектов по методикам обучения технике игры.