

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение**  
**высшего образования**  
**«ВОРОНЕЖСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ СПОРТА»**

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по образовательной  
деятельности

Е.В. Суханова  
«20» 08 2024г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Элективная дисциплина по физической культуре и спорту**  
**(ГАНДБОЛ)**

**Направление подготовки:**

**44.03.02. - «Психолого-педагогическое образование»**

**Направленность (профиль):**

**«Психология и педагогика дошкольного возраста»**

**Квалификация выпускника:**

**Бакалавр**

**Форма обучения:**

**Очная, заочная**

**Год набора: 2025**

**Разработчик рабочей программы:**

**Кафедра «Теории и методики спортивных игр»**

**Воронеж 2024**

**РАССМОТРЕНО И ОДОБРЕНО**

на заседании кафедры Теории и методики  
спортивных игр

протокол № 10/2 от « 18 » 06 2024 г.

И.о. заведующей кафедрой

( Е.Н. Ирхина )

Руководитель ОПОП ВО

( Н.Ю. Зыкова )

**СОГЛАСОВАНО**

на заседании учебно-методического совета

протокол № 5  
от « 20 » 06 2024 г.

Начальник учебного отдела

( В.Б. Маркина )

Заведующая библиотекой

( А.В. Утицких )

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту (гандбол)» составлена требованиями ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование» (приказ № 122 Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.02.2018г. зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 15.03.2018 г.) и с учетом индивидуальных особенностей лиц с отклонением в состоянии здоровья.

**Авторы:**

**Годунова Н.И.** – к.п.н., профессор кафедры «Теории и методики спортивных игр»;

**Маркина В.Б.** – старший преподаватель кафедры «Теории и методики спортивных игр»;

**Буйлова Л.А.** – к.п.н., доцент кафедры «Теории и методики спортивных игр».

**Рецензенты:**

**Аралов В.И.** – к.п.н., профессор кафедры «Теории и методики циклических видов спорта»

## ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ (МОДУЛЯ)

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры протокол № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры протокол № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры протокол № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры протокол № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры протокол № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**СОДЕРЖАНИЕ**

	стр.
1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине	<b>5</b>
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы	<b>5</b>
3. Объем дисциплины и виды учебной работы	<b>6</b>
4. Содержание дисциплины	<b>6</b>
5. Фонд оценочных средств	<b>10</b>
6. Перечень основной и дополнительной литературы	<b>16</b>
7. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет»	<b>18</b>
8. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости).	<b>18</b>
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины	<b>18</b>

## 1. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

**Целью** освоения дисциплины является формирование следующих компетенций: УК-7.

Универсальные компетенции:

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

### Планируемые результаты обучения по дисциплине:

Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности	Код формируемой компетенции
<b>Знания:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>– значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни;</li> <li>– требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников;</li> <li>– правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту;</li> <li>– основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования.</li> <li>– правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря.</li> </ul>	<b>УК-7</b>
<b>Умения:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>– самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности;</li> <li>– соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений;</li> <li>– пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.</li> </ul>	<b>УК-7</b>
<b>Навык и\или опыт деятельности:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>– проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима;</li> <li>– владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов;</li> <li>-самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.</li> </ul>	<b>УК-7</b>

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина (модуль) «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: гандбол» относится к вариативной части Блока 1 «Дисциплины (модули)».

В соответствии с примерным учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе по заочной форме обучения, на 3 курсе по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: зачет.

### 3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы		Очное обучение	Заочное обучение
		Семестры	Семестры
		5	4
<b>Контактная работа преподавателя с обучающимися:</b>		60	8
В том числе:			
Лекции (Л)		-	
Лабораторные занятия (ЛЗ)		-	
Практические занятия (ПЗ)		60	8
<b>Вид промежуточной аттестации</b>		зачет	зачет
<b>Самостоятельная работа студента (СРС)</b>		-	52
<b>Контроль (К)</b>		-	-
<b>Всего часов (семестр)</b>		60	60
<b>Зачетные единицы (семестр)</b>		-	-
<b>Общая трудоемкость дисциплины:</b>	<b>Всего часов:</b>	<b>60</b>	<b>60</b>
	<b>Всего зачетных единиц:</b>	-	-

### 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

#### 4.1.1. Перечень разделов (тем), распределение учебной нагрузки по видам занятий (очное обучение)

№№ п/п	Разделы (темы)	Л	ЛЗ	ПЗ	СРС	Конт- роль
<b>1</b>	Введение в учебную дисциплину. Материально-техническое обеспечение и техника безопасности на занятиях по гандболу.			<b>2</b>		
<b>2</b>	Физическая подготовка в гандболе.			<b>2</b>		
<b>3</b>	Техника нападения и защиты. Методика обучения в гандболе. Методика исправления ошибок в технике гандбола.			<b>22</b>		
<b>4</b>	Тактика нападения и защиты. Методика обучения в гандболе.			<b>16</b>		
<b>5</b>	Обучение игровой и соревновательной деятельности. Судейская практика.			<b>18</b>		
<b>Всего часов по видам занятий</b>				<b>60</b>		<b>-</b>
<b>ИТОГО часов</b>		<b>60</b>				

#### 4.1.2. Перечень разделов (тем), распределение учебной нагрузки по видам занятий (заочное обучение)

№№ п/п	Разделы (темы)	Л	ЛЗ	ПЗ	СР С	Конт- роль
1	Введение в учебную дисциплину. Материально-техническое обеспечение и техника безопасности на занятиях по гандболу.			2	52	-
2	Физическая подготовка в гандболе.					
3	Техника нападения и защиты. Методика обучения в гандболе. Методика исправления ошибок в технике гандбола.			2		
4	Тактика нападения и защиты. Методика обучения в гандболе.			2		
5	Обучение игровой и соревновательной деятельности. Судейская практика.			2		
Всего часов по видам занятий				8	52	-
ИТОГО часов				60		

#### 4.2. Наименование разделов (тем) и их краткое содержание

№ п/п	Наименование раздела (темы) дисциплины	Содержание раздела	Форма текущего контроля успеваемости
1.	«Введение в учебную дисциплину. Материально-техническое обеспечение и техника безопасности на занятиях по гандболу».	<p>Введение в учебную дисциплину. История возникновения игры в гандбол, эволюция техники и правил соревнований. Место проведения, оборудование и инвентарь для игры в гандбол. Правила игры. Классификация, анализ техники игры в нападении и защите, методика обучения.</p> <p>Требования, предъявляемые к спортивным сооружениям. Основные размеры, конструктивные особенности: освещение, звукоизоляция, покрытия, вентиляция, отопление. Вспомогательные сооружения (раздевалки, душевые и т.д.).</p> <p>Инвентарь и оборудование для занятий гандболом, их содержание и восстановление.</p> <p>Меры безопасности. Предотвращение травм при использовании на занятиях и соревнованиях оборудования спортивных сооружений. Формы одежды на тренировках и соревнованиях, права и обязанности руководителей спортивных баз по обеспечению техники безопасности.</p>	Опрос. Тестирование. Реферат
2.	«Физическая подготовка в гандболе».	<p>Развитие основных и специальных физических качеств гандболистов. Взаимосвязь физической подготовки с технической.</p> <p>Специальные упражнения для развития</p>	Опрос. Тестирование. Реферат

		ловкости, быстроты, силы, прыгучести. Подвижные игры и эстафеты, направленные на развитие специальных физических качеств, характерных для данного вида спортивных игр. Организация занимающихся в процессе физической подготовки. Специальная разминка в гандболе.	
3.	«Техника нападения и защиты. Методика обучения в гандболе. Методика исправления ошибок в технике гандбола».	Подготовительные и подводящие упражнения. Подвижные игры и игровые упражнения, способствующие овладению техникой. Перемещения игроков по площадке, стойка, прыжки, остановки, повороты. Освоение техники владения мячом: обучения держанию, ловле и передаче мяча, ведение мяча, вбрасывания, броски мяча по воротам, защитная стойка, обманные действия, заслоны, блокирования, выбивания. Техника игры вратаря: основная стойка и передвижения в воротах; овладение мячом, отражение мяча руками, ногами и туловищем, введение мяча в игру. Словесное объяснение, видеозапись, плакаты. Создание условий, в которых неправильное выполнение движения невозможно. Направленные прочувствованные движения с внешней помощью. Избирательные упражнения в отдельных компонентах движения. Сопоставление ошибочного и правильного выполнения приема.	Опрос. Выполнение практических действий. Тестирование. Реферат
4.	«Тактика нападения и защиты в гандболе»	<u>Тактика нападения:</u> -Индивидуальные действия. Действия без мяча: выбор места и приемы ухода от противника. Действия с мячом: выбор момента и направления броска по воротам, ведения, передачи и ухода от противника. Функции игроков. Вбрасывание мяча вратарем. -Групповые действия. Взаимодействие двух и трех нападающих против различного числа защитников (2X1, 3X2, 3X1). Заслоны для броска по воротам и ухода от противника. -Командные действия. Система нападения быстрым прорывом: а) расстановка игроков и организация их взаимодействия в начальной стадии; б) развитие быстрого прорыва; в) завершение атаки быстрым прорывом при численном превосходстве	Опрос. Выполнение практических действий. Тестирование. Реферат



		<p>(2X1, 3X2, 4X3) и равенстве (2X2, 3X3) защитников.</p> <p>Система позиционного нападения (варианты 3—3, 4—2).</p> <p><u>Тактика защиты:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Индивидуальные действия. Выбор места и действия против игрока без мяча и с мячом. Выбор места, направления и способа действия вратаря.</li> <li>- Групповые действия. Взаимодействия защитников против нападающих. Подстраховка и переключение. Взаимодействие вратаря и защитника.</li> <li>- Командные действия. Система зонной защиты (6-0, 5-1): а) расстановка игроков и распределение их функций; б) взаимодействие игроков при нахождении игрока с мячом в различных участках поля.</li> </ul> <p>Личная и смешанная защита (ознакомление).</p>	
	<p>«Обучение игровой и соревновательной деятельности. Судейская практика».</p>	<p>Упражнения по технике в виде игр и эстафет. Подготовительные игры к гандболу. Учебные игры с заданиями по технике и тактике. Игры полными и неполными составами в гандболе.</p> <p>Содержание работы главной судейской коллегии. Виды соревнований. Способы проведения соревнований по гандболу (круговой, с выбыванием после одного поражения, с выбыванием после двух поражений, комбинированный способ) и виды распределения команд по подгруппам (рассеивание жребием, рассеивание змейкой). Документация при проведении соревнований. Календарный план. Положение о соревнованиях. Заявки на участие в соревнованиях. Правила ведения протокола соревнований. Таблицы соревнований. Методика судейства соревнований.</p>	<p>Опрос.</p> <p>Выполнение практических действий.</p> <p>Тестирование.</p> <p>Реферат</p>

#### 4.3. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы обучающегося

Для успешного освоения дисциплины и формирования компетенций обучающемуся необходимо систематически в полном объеме выполнять все задания самостоятельной работы.

В организации самостоятельной работы обучающегося по дисциплине выделяются два вида – аудиторная (под руководством преподавателя) и внеаудиторная.

Основными видами самостоятельной внеаудиторной работы по дисциплине являются: усвоение содержания рекомендованной литературы, включая информационные образовательные ресурсы (ЭБС, электронные учебники и т.д.), конспектирование учебной

литературы, подготовку сообщений, докладов, подбор литературы (в том числе с использованием Интернет-ресурсов) по индивидуальному заданию, написание рефератов, выполнение микроисследований, закрепление теоретического материала путем выполнения практических, проблемно-ориентированных, творческих заданий, подготовка презентации по теме занятия и т.д.

При подготовке к выполнению самостоятельной работы обучающемуся необходимо:

- тщательно изучить теоретический и методический материал, изложенный в учебнике, учебном пособии и/или научных статьях;
- особое внимание уделить основным определениям и фактам по теме занятия;
- проектировать ситуации по профилю и находить творческие решения и подходы.

Для оптимизации и наиболее эффективного освоения учебного материала лицами с отклонениями в состоянии здоровья необходимо учитывать нозологические группы и дифференцированно применять педагогические средства, методы обучения и контроля:

- поражение опорно-двигательного аппарата: использование аудиальных и визуальных средств и методов обучения с сопровождающим, а для контроля: опрос; контрольная работа; анализ практического занятия; конспект занятия; тестовые задания, выполняемые на компьютере; реферат,
- нарушение зрения: использование аудиальных средств и методов обучения, а для контроля: опрос; анализ практического занятия (устно),
- нарушение слуха и речи: использование визуальных средств и методов обучения, а для контроля: контрольная работа; анализ практического занятия (письменно); конспект занятия; тестовые задания, выполняемые на компьютере; реферат.

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 5.1. Компетенции в соотношении с трудовыми функциями профессиональных стандартов и индикаторы их достижения

Компетенции	Трудовые функции	Индикаторы достижения
<b>УК-7</b>	01.001 Профессиональный стандарт «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»	Знания: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников;
	01.002 Профессиональный стандарт «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)»	- правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования.
	01.003 Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»	- правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря.
	05.005 Профессиональный стандарт «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры	Умения: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем,

	и спорта.»	<p>оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.</p> <p>Навык и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима;</li> <li>- владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов;</li> <li>- самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.</li> </ul>
--	------------	--

## 5.2. Типовые задания для текущего контроля

### Примерные темы устных опросов

1. История возникновения игры в гандбол.
2. Требования, предъявляемые к спортсооружениям.
3. Инвентарь и оборудование для занятий гандболом.
4. Меры безопасности. Предотвращение травматизма на занятиях гандболом.
5. Развитие основных и специальных физических качеств гандболистов.
6. Организация занимающихся в процессе физической подготовки.
7. Техника нападения и защиты.
8. Тактика нападения и защиты в гандболе.
9. Виды соревнований. Способы проведения соревнований по гандболу.
10. Правила соревнований.

### Критерии оценки:

**«5» баллов** - выставляется студенту, который полно излагает изученный материал, дает правильное определение основных понятий; может обосновать свои суждения; излагает материал последовательно и правильно.

**«4» балла** – выставляется студенту, который недостаточно полно излагает изученный материал, дает неточное определение основных понятий; может обосновать свои суждения; допускает 1-2 недочета.

**«3» балла** - выставляется студенту, который неполно излагает изученный материал, дает неправильное определение основных понятий; не может обосновать свои суждения; излагает материал скудно.

**«2» балла** - выставляется студенту, который не может обосновать свои суждения; не знает материал.

### Контрольные нормативы по дисциплине

#### «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: гандбол»

1) *бросок по воротам* размером 2х3 м в падении на точность с расстояния 7 м. Выполняется 5 бросков. Учитывается количество точных попаданий;

2) *выполнение передач и ловли мяча*: передачи в парах, без ведения, перемещаясь на различных дистанциях (в зависимости от способа передачи) на половине гандбольной площадки. Учитывается количество передач без потери мяча и пробежек;

3) *сочетание технических приемов*: ловлю мяча двумя руками в движении, ведение мяча, бросок по воротам. Поймать и провести мяч 8-10 м, и с расстояния не менее 9 м забить мяч в ворота размером 2х3 м. Мяч должен пересечь линию ворот по воздуху с обязательным попаданием в них. Учитывается результативность и уверенное выполнение броска в сочетании с ловлей и ведением мяча.

Необходимо набрать по результатам выполнения трех контрольных упражнений не менее 10 баллов (таблица 1).

Таблица 1

Критерии оценивания результатов выполнения контрольных упражнений

Контрольные упражнения	Оценка в баллах				
	5	4	3	2	1
Бросок по воротам на точность, раз	5	4	3	2	1
Передача и ловля, раз	25	20	15	10	5
Ловля, ведение, бросок	отлично	Очень хорошо	хорошо	удовлетворительно	посредственно

### Примерные темы рефератов (контрольных работ)

1. История, современное состояние и перспективы развития гандбола.
2. Характеристика гандбола как вида спорта и средства физического воспитания.
3. Современные тенденции развития тактики нападения в гандболе.
4. Современные тенденции развития тактики защиты в гандболе.
5. Характеристика индивидуальных тактических действий в нападении и в защите.
6. Методика обучения индивидуальным тактическим действиям в нападении и в защите.
7. Характеристика групповых тактических действий в нападении и в защите.
8. Методика обучения групповым тактическим действиям в нападении и в защите.
9. Характеристика командных тактических действий в нападении и в защите.
10. Методика обучения командным тактическим действиям в нападении и в защите.
11. Средства обучения тактике игры и ее совершенствования.
12. Методы обучения тактике игры.
13. Особенности методики обучения технике гандбола в различных возрастных группах.
14. Методика судейства соревнований по гандболу.
15. Проведение соревнований по гандболу в школе.
16. Характеристика техники перемещений в гандболе.
17. Характеристика техники игры вратаря.
18. Характеристика тактики игры вратаря.
19. Методика обучения вратаря технике ловли и задерживания мяча.
20. Характеристика стандартных тактических комбинаций в гандболе.
21. Методика обучения стандартным тактическим комбинациям в гандболе.
22. Организация и проведение соревнований по гандболу.
23. Отбор и прогнозирование способностей к занятиям гандболом.

Студент имеет право предложить собственную тему реферата, соответствующую программе дисциплины, обязательно согласовав ее с преподавателем.

### Критерии оценки:

«5» баллов - тема раскрыта полностью, материал хорошо структурирован, оформление соответствует требованиям, используется 5-10 источников информации, имеются ссылки на авторов.

**«4» балла** - тема раскрыта полностью, материал хорошо структурирован, оформление соответствует требованиям, но мало источников информации или отсутствуют ссылки на авторов;

**«3» балла** - в целом вопрос раскрывается, но отсутствует четкая структура, оформление небрежное, мало источников информации или отсутствуют ссылки на авторов;

**«2» балла** - тема раскрыта частично, нет четкой структуры, оформление небрежное, используется 3-5 источников информации, ссылок в тексте работы нет;

*Требования к написанию реферата (контрольной работы):*

План составления реферата:

Структура реферата должна включать три основных раздела:

Введение, в котором излагается обоснование темы (1-2 страницы);

Основная часть: которая содержит несколько подразделов (параграфов), раскрывающих содержание темы контрольной работы. В ней студент показывает умение самостоятельно работать с источниками литературы (10-15 страниц);

Выводы, обобщающие основные вопросы выбранной темы реферата (1-2 страницы).

Введение и заключение тесно связаны с основным содержанием реферата.

Список литературы. Реферат строится на основе анализа 5-10 источников литературы (статей, методических пособий и пр.). Весь материал темы излагается в соответствии с планом, в котором раскрываются вопросы темы. Каждый ответ на вопрос должен иметь заголовок в тексте работы.

В тексте обязательны ссылки на изучение работы. Каждая ссылка в тексте должна соответствовать конкретному источнику в списке литературы. Переложение мысли автора или дословное цитирование сопровождается указанием фамилии, инициалов автора, годом издания упомянутого источника.

*Требования к оформлению реферата (контрольной работы):*

Реферат должен иметь следующую структуру: введение в проблему, основную часть, заключение и список используемой литературы. Первой страницей работы является титульный лист. Реферат выполняется в печатном виде на листах формата А4, Word, Times New Roman, 14 шрифт, 1,5 интервал. Объем работы должен быть не менее 15-20 страниц, список литературы – не менее 10 источников. Студентам рекомендуется подготовить речь (продолжительностью не менее 4-7 минут), касающуюся вопросов, затронутых в работе, с тем, чтобы защитить выполненную работу на должном уровне.

*Методические указания по написанию реферата (контрольной работы)*

Тема контрольной работы выбирается студентом самостоятельно из предлагаемого кафедрой перечня с учетом собственных интересов, и обязательно согласовывается с преподавателем. Контрольная работа выполняется на основе теоретического анализа и обобщения данных научно-методической литературы.

После выбора темы необходимо подобрать источники литературы и ознакомиться с их содержанием. При подборе литературы следует пользоваться систематическим каталогом библиотеки, читального зала, методического кабинета, консультаций профессорско-преподавательского состава кафедры.

Литература по теме должна быть законспектирована и выписана на отдельные карточки. Это ускорит в дальнейшем составление списка литературы, плана контрольной работы. Существует несколько способов конспектирования: изложение мысли автора собственными словами, выборочное цитирование необходимых мест подлинника и совмещение обоих способов, что является наиболее целесообразным. После ознакомления с литературой разрабатывается структура (содержание) контрольной работы.

Контрольная работа строится на основе анализа 5 – 10 источников литературы (статей, методических пособий и пр.). Весь материал темы излагается в соответствии с

планом, в котором раскрываются вопросы темы. Каждый ответ на вопрос плана должен иметь заголовок в тексте работы.

В тексте обязательны ссылки на изученные работы. Каждая ссылка в тексте должна соответствовать конкретному источнику в списке литературы. Переложение мысли автора или дословное цитирование сопровождается указанием фамилии, инициалов автора, года издания упомянутого источника.

Если в тексте контрольной работы есть рисунки, графики, таблицы, заимствованные из литературных источников, то в подписях к ним даются ссылки на авторов.

Титульный лист контрольной работы должен быть оформлен в соответствии с правилами.

В конце контрольной работы помещается список использованной литературы, он нумеруется, а авторы перечисляются в алфавитном порядке. Запись источника осуществляется в соответствии с требованиями библиографического описания в следующей последовательности: фамилия автора (или группы авторов), его инициалы, название публикации (статьи, книги, методического пособия и т.д.), место издательства и год издания. Ссылки на журнальные статьи даются с полным их названием.

Контрольная работа защищается студентом в личном собеседовании с преподавателем, проверяющим работу. Если она удовлетворяет всем требованиям, то студент получает оценку. При неудовлетворительной оценке контрольной работы возвращается для устранения недостатков. Исправленная контрольная работа предоставляется на повторную проверку и собеседования.

#### **Требования к зачету по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: гандбол»**

1. Посещаемость не менее 85%.
2. Выполнить контрольные нормативы по технике игры (не менее 10 баллов, табл.1).
3. Провести самостоятельно разбор правил игры и судейство учебной игры.
4. Тестирование, контрольные нормативы.

#### **5.3 Перечень примерных вопросов для промежуточной аттестации по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: гандбол» (зачет)**

1. История возникновения игры и этапы развития гандбола в мире.
2. Каковы первые успехи советского гандбола на мировой арене?
3. Каковы первые успехи российского гандбола на мировой арене?
4. В какие годы российские сборные команды были сильнейшими в мире?
5. Назовите главные тенденции совершенствования правил игры.
6. Что такое ручной мяч 11 × 11?
7. В чем особенности мини-гандбола?
8. Дайте краткую характеристику пляжного гандбола.
9. Системы проведения соревнований в гандболе.
10. Какие бывают соревнования и в чем их значение?
11. Какие разделы входят в положение о соревнованиях?
12. Заявка на участие в соревнованиях.
13. Основные правила игры в гандбол.
14. Методика судейства игры в гандбол. Распределение обязанностей и действий судей на площадке.
15. Какой инвентарь необходим для занятий гандболом? (указать размеры)

16. Разметка гандбольной площадки.
17. Состав гандбольной команды.
18. Игровые амплуа спортсменов-гандболистов.
19. Требования к игровой форме.
20. Начало игры. Окончание игры.
21. Игровое время.
22. Счет игры.
23. Классификация техники игры в гандбол. Последовательность обучения приемам техники игры.
24. Классификация тактики игры в гандбол. Последовательность обучения тактическим действиям в гандболе.
25. Физические качества гандболиста. Средства и методы развития физических качеств.
26. Анализ техники и методика обучения стойкам, остановкам и перемещениям;
27. Анализ и методика обучения технике игры в защите полевого игрока.
28. Анализ техники и методика обучения передачам.
29. Анализ техники и методика обучения броску.
30. Особенности техники и обучения броскам с различных позиций.
31. Анализ техники и методика обучения штрафному броску. Его особенности.
32. Анализ техники и методика обучения обманным действиям (финтам).
33. Анализ техники и методика обучения ведению мяча и дриблингу.
34. Характеристика технических действий вратаря.
35. Анализ техники и методика обучения технике игры вратаря.
36. Дайте общую характеристику классификации тактических действий в нападении.
37. Какие действия нападающего входят в состав индивидуальных?
38. Что такое «игра без мяча»?
39. Дайте характеристику тактике групповых действий в нападении.
40. Охарактеризуйте тактику командных действий в нападении.
41. Дайте общую характеристику классификации тактических действий в защите.
42. Какие индивидуальные действия игрока относятся к тактике защиты?
43. Дайте характеристику тактике групповых действий в защите.
44. Проанализируйте условия применения различных командных систем защиты против нападения.
45. Техника безопасности при проведении занятий и соревнований по гандболу.

**Критерии оценивания обучающегося  
по дисциплине**

**«Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: гандбол»  
(зачет)**

зачтено/ не зачтено	Оценка	Критерии
зачтено	«отлично»	Знание по дисциплине демонстрируется на фоне понимания в системе данной науки и междисциплинарных связей. Полный, развернутый ответ на поставленный вопрос изложен литературным языком с использованием современной терминологии. Показана совокупность осознанных знаний по дисциплине и возможность их применения в решении практических задач, доказательно раскрыты основные положения вопросов. В ответе прослеживается четкая структура и логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Могут быть допущены недочеты в определении понятий,

		исправленные обучающимся самостоятельно в процессе ответа.
	«хорошо»	Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком с использованием современной терминологии. Обучающимся дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показаны глубокие знания теоретических вопросов. Умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи, проиллюстрировать изложение практическими приемами или расчетами. В ответах на вопросы преподавателя могут быть допущены 2-3 неточности или незначительные ошибки, указывающие на наличие несистематичности и пробелов в знаниях.
	«удовлетворительно»	Знание основных положений теории при наличии существенных пробелов в деталях, испытывающим затруднения при практическом применении теории, допустившим существенные ошибки при ответе на вопросы. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Изложение полученных знаний неполное, однако, это не препятствует усвоению последующего программного материала. Умение раскрыть значение обобщенных знаний не показано. Речевое оформление требует поправок, коррекции. Допускаются отдельные существенные ошибки, исправляемые с помощью преподавателя.
Не зачтено	«неудовлетворительно»	Изложение учебного материала неполное, бессистемное, что препятствует усвоению последующей учебной информации; существенные ошибки. Обучающийся показал существенные пробелы в знаниях основных положений теории, не умеет применять теоретические знания на практике, не ответил на ряд вопросов преподавателя. Отсутствует представление о возможности применения знаний в решении практических задач. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Обучающимся допускаются грубые ошибки, не исправляемые даже с помощью преподавателя.

Данные варианты оценочных средств подбираются с учетом индивидуальных особенностей студентов, имеющих ограниченные возможности по следующим нозологическим признакам:

- поражение опорно-двигательного аппарата: опрос; контрольная работа; анализ практического занятия; конспект занятия; тестовые задания, выполняемые на компьютере; реферат,
- нарушение зрения: опрос; анализ практического занятия (устно),
- нарушение слуха и речи: контрольная работа; анализ практического занятия (письменно); конспект занятия; тестовые задания, выполняемые на компьютере; реферат.

## 6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

### Основная литература:

1. Бишаева А.А. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник / А.А. Бишаева, В.В. Малков. — М: КноРус, 2018. — 312 с. — Для бакалавров. — // bo.ru - ISBN 978-5-406-06308-8.



2. Фискалов В.Д. Спорт и система подготовки спортсменов [Электронный ресурс] : учебник . – М.: Советский спорт, 2019. – 392 с. - // [www.studentlibrary.ru/book/](http://www.studentlibrary.ru/book/)
  3. Фискалов В.Д. Теоретико-методические аспекты практики спорта [Электронный ресурс] : учеб. пособие / В.Д. Фискалов, В.П. Черкашин. – М. : Спорт, 2016. – 352 с. - // [www.studentlibrary.ru/book/](http://www.studentlibrary.ru/book/)
  4. Ретюнских М.Е. Теоретико-методические основы физкультурного образования детей дошкольного возраста: учеб. пособие / М.Е. Ретюнских, Т.С. Никанорова. – Воронеж: Научная книга, 2014. – 386 с. - // [vgifk.ru/](http://vgifk.ru/)
  5. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов: учебник / Л.п. Матвеев. – Киев: Олимпийская литература, 1999. – 318 с.
  6. Мартыненко И.И. Теория их игр (специализация) [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Мартыненко И.И. – Алма-Аты : Казахский национальный университет им. Аль-Фараби. – 168 с. - [iprbooksop](http://iprbooksop)
  7. Спортивные игры: Техника. Тактика, методика обучения: учебник для студентов высш. пед. учеб. заведений /Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин. А.В. Лексаков; под ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова. – М.: Академия, 2002. – 520с.
  8. Сысоев В.И. Подвижные игры: учеб. пособие / В.И. Сысоев, Е.В. Суханова, Н.И. Годунова. – Воронеж: Центрально-Черноземное книжное издательство, 2003. – 136с.
- Дополнительная литература:**
1. Физическая культура: учебник / коллектив авторов; под ред. М.Я. Виленского. – 3-е изд., стер. – М.: КНОРУС, 2018. – 424 с.
  2. Евсеев Ю.И. Физическая культура: учеб. пособие / Ю.И. Евсеев. - Изд. 6-е., доп. и испр.. – Ростов н / Д.: Феникс 2010. – 444с.
  3. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для вузов физической культуры / Л.П. Матвеев. – 5-е изд., испр. и доп. – М.: Советский спорт, 2010. – 340 с..
  4. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для вузов физической культуры / Л.П. Матвеев. – 5-е изд., испр. и доп. – М.: Советский спорт, 2010. – 340 с.
  5. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов: учебник / Л.П. Матвеев. – Киев: Олимпийская литература, 1999. – 318 с.
  6. Евсеев Ю.И. Физическая культура : учеб. пособие / Ю.И. Евсеев. - 3-е изд. Ростов н / Д. : Феникс, 2005. - 382с.
  7. Грачев О.К. Физическая культура: учеб. пособие / О.К. Грачев; под ред. Е.В. Харламова. – М.: Март; Ростов н / Д.: Феникс, 2005. – 464с.
  8. Физическая культура: учебник для вузов / А.Б. Муллер, Н.С. Дядичкина, Ю.А. Богащенко и др.. – М.: Юрайт, 2012. – 424с.
  9. Масалова О.Ю. Физическая культура: педагогические основы ценностного отношения к здоровью: учеб. пособие ; под ред. М.Я. Виленского / О.Ю. Масалов. – М.: КНОРУС, 2012. – 184 с.
  10. Кожухова Н.Н. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях: учеб.пособие для студ.высш.исред.пед.учеб.заведений / Н.Н. Кожухова, Л.А. Рыжкова, М.М. Самодурова; под ред. С.А. Козловой. – М., Академия, 2002. – 320с.
  11. Дворкин Л.С. Физическое воспитание студентов: учеб. пособие / Л.С. Дворкин, К.Д. Чермит, О.Ю. Давыдов; под общ.ред. Л.С. Дворкина. – Ростов н/Д: Феникс; Краснодар: Неоглори, 2008. – 700с.: ил.
  12. Гилев Г.А. Физическое воспитание в вузе: учеб. пособие / Г.А. Гилев. – М.: МГИУ, 2010. – 376 с.
  13. Спортивные игры в физическом воспитании: учеб. пособие / Ю.И. Портных, С.Л. Фетисова. Е.А. Митин, О.П. Бауэр; под общ. ред. Ю.И. Портных. – СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2008. – 479с.

14. Спортивные игры: правила, тактика. Техника. – Ростов н/Д.: Феникс, 2004. – 448с.

15. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства: учебник для студентов высш. учеб. заведений /Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин и др.; под ред. Ю.Д. Железняка. Ю.М. Портнова. – М.: ИЦ Академия, 2004. – 400 с.

## **7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ».**

1. Любые поисковые системы в сети Internet;
2. Интернет-ресурсы (сайт ВГИФК) [w.w.w. vgifk.ru](http://www.vgifk.ru)
3. Электронный каталог библиотеки вуза (<http://www.elibrarv.uralgufk.ac.ru>);
4. Интернет-ресурсы (на примере гандбола) [w.w.w. rushandball.ru](http://www.rushandball.ru)
5. Электронный каталог Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту (<http://lib.sportedu.ru/Catalog.idc>);
6. Сайт научно-теоретического журнала «Теория и практика физической культуры» (<http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/>);
7. Сайт научно-методического журнала «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка», <http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/>;
8. Сайт журнала «Физкультура и спорт», <http://www.fismag.ru>/Научный портал <http://www.teoriya.ru>;

## **8. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ (ПРИ НЕОБХОДИМОСТИ).**

При осуществлении образовательного процесса студентами и профессорско-преподавательским составом используются следующее программное обеспечение: Microsoft Office (Access, Excel, PowerPoint, Word и т. д), Open Office, Linux (бесплатное программное обеспечение широкого класса), Skype, Вебинар (Мирополис), программное обеспечение электронного ресурса сайта ВГИФК, система дистанционного образования на базе cms Moodle, использование мультимедийного сопровождения практических занятий, раздаточного материала, электронной почты.

## **9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:**

Для реализации учебной дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: гандбол» используется:

- Игровой зал (корпус 2) по адресу ул. Средне-Московская, д.72: проведение практических занятий (универсальная площадка, инвентарь, необходимый инвентарь в соответствии с требованиями, утвержденными правилами игры).

- Методический кабинет № 314 (корпус 2) по адресу ул. Средне-Московская, д.72: для проведения методических занятий по спортивным и подвижным играм:

Стол ученический – 15 шт.

Стул ученический – 30 шт.

Стол письменный – 1 шт.

Стул учительский – 1 шт.

Шкаф полуоткрытый (книжный) – 6 шт.

Стенд информационный (пластик) – 4 шт.

Доска настенная (зеленая) – 1 шт.

- Методический кабинет № 315 (корпус 2) по адресу ул. Средне-Московская, д.72:  
для проведения методических занятий по спортивным и подвижным играм:

Стол ученический – 15 шт.

Стул ученический – 30 шт.

Стол письменный – 1 шт.

Стул учительский – 1 шт.

Шкаф полуоткрытый (книжный) – 5 шт.

Стенд информационный (пластик) – 5 шт.

Доска настенная (зеленая) – 1 шт.

Ноутбук – 1 шт.

Мультимедиа проектор подвесной - 1 шт.

Экран настенный - 1 шт.

Использование инвентаря и оборудования на практических занятиях проводится с учетом индивидуальных особенностей лиц с отклонением в состоянии здоровья.

Институт имеет современную информационную базу, обеспечивающую возможность оперативного получения и обмена информацией с отечественными и зарубежными вузами, предприятиями и организациями, получение информации из интернета используя Wi-Fi в свободном доступе.

## Лист внесения изменений в рабочую программу дисциплины

[illegible]