

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Тобольский педагогический институт им. Д.И. Менделеева (филиал)
Тюменского государственного университета

УТВЕРЖДАЮ
Директор

Шилов С.П.



**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ
СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ
СПОРТА (ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ПРАКТИКУМ)
49.03.01 Физическая культура
Профиль Спортивная тренировка в избранном виде спорта**

1. Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине

№ п/п	Темы дисциплины	Код и содержание контролируемой компетенции	Наименование оценочного средства
1	Спортивная игра баскетбол	ОПК-4 – Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие в соревнованиях в избранном виде спорта. ПК-1 – Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки ПК-2 – Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки. ПК-3 – Способен использовать в процессе спортивной подготовки средства и методы профилактики травматизма и заболеваний, организовывать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся, применять методики спортивного массажа. ПК-5 – Способен совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности.	Конспект, отчет о спортивной деятельности, контрольные нормативы, зачет, экзамен.
2	Спортивная игра волейбол		
3	Спортивная гимнастика как средство физического воспитания		
4	Спортивные игры настольный теннис, бадминтон		
5	Игра тэг-регби		
6	Спортивная игра футбол		

2. Оценочные средства

Конспектирование материала по зачетным и экзаменационным вопросам (0-40 баллов). Конспектирование учебно-методических и научных работ по зачетным вопросам предполагает работу с литературными источниками, интернет ресурсами, их самостоятельное прочтение для подготовки к учебным занятиям, а также конспектирование отдельных работ или их фрагментов. Конспектирование работ выполняется письменно, без использования текстовых редакторов. К критериям оценивания выполненного конспекта относятся логичность, полнота, лаконичность. Возможно использование опорных конспектов.

Отчет о спортивной деятельности (0-20 баллов). Просмотр игр по виду спорта на спортивных каналах (по месту жительства). Оказание помощи в проведении соревнований. Подготовка по техническим приемам игры изучаемого вида спорта. Отчет выполняется в произвольной форме. Возможен фотоотчет.

Контрольные нормативы (0-5 баллов) оцениваются в соответствии с представленными нормативами в каждом семестре.

Зачет. Критерии оценки: полнота, логичность, доказательность, самостоятельность суждений, владение терминами и понятиями, использование современной нормативной базы по организации и проведению научного исследования.

Аттестация. Для получения аттестации по дисциплине обучающийся за период обучения в семестре должен набрать 61 балл.

Вид аттестации	Допуск к аттестации	Зачёт
зачет	40 баллов	61-100 баллов

Экзамен. Экзамен оценивается дифференцированной оценкой «3», «4», «5».

Критерии оценки: полнота, логичность, доказательность, самостоятельность суждений, владение терминами и понятиями, использование современной нормативной базы по организации образовательного процесса.

5 балла - в ответе отражены основные концепции и теории по данному вопросу, проведен их критический анализ и сопоставление, описанные теоретические положения иллюстрируются практическими примерами. Обучающимся формулируется и обосновывается собственная точка зрения, материал излагается профессиональным языком с использованием соответствующей системы понятий и терминов.

4 балла – при ответе обучающийся испытывает затруднения в аргументации представленных положений. Материал излагается профессиональным языком с использованием соответствующей системы понятий и терминов.

3 балла – в ответе отражены лишь некоторые современные концепции и теории по данному вопросу, анализ и сопоставление этих теорий не проводится. У обучающегося отсутствует собственная точка зрения на заявленные проблемы. Материал излагается профессиональным языком с использованием соответствующей системы понятий и терминов.

менее 3 баллов – представлены лишь отдельные компоненты содержания вопросов.

Получения зачета или оценки за экзамен можно получить за период обучения в семестре по модульно-рейтинговой системе.

Вид аттестации	Допуск к аттестации	Экзамен (соответствие рейтинговых баллов и академических оценок)		
		Удовлетворительно	Хорошо	Отлично
промежуточная	40 баллов	61-75 баллов	76-90 баллов	91-100 баллов

3.Оценочные средства

3 семестр

Примерные вопросы к зачету

1. Возникновение баскетбола.
2. Биография Джеймса Нейсмита.
3. Основные этапы истории баскетбола.
4. Развитие баскетбола в мире.
5. Развитие баскетбола в России.
6. Развитие игры в связи с изменением правил.
7. Победители и призеры Чемпионатов Европы среди мужских и женских команд.
8. Победители и призеры Чемпионатов Мира среди мужских и женских команд.
9. Победители и призеры Олимпийских игр среди мужских и женских команд.
10. Баскетбол в системе физического воспитания и образования России.
11. Баскетбол в системе физического воспитания и образования Тюменской области.
12. Баскетбол в системе физического воспитания и образования г.Тобольска.
13. Массовый баскетбол. Формы работы по развитию массового баскетбола.
15. Задачи развития баскетбола в России, Тюменской области, г.Тобольске.
16. Современные представления об игре баскетбол. Характеристика игры. Терминология игры баскетбол.
17. Материально-техническое обеспечение игры баскетбол. Обеспечение безопасности на занятиях баскетболом.
18. Система отбора в баскетболе. Распределение игроков по функциям и амплуа.
19. Основные параметры игровой деятельности баскетболистов. Двигательный аппарат баскетболиста.
20. Энергообеспечение тренировочной и соревновательной деятельности баскетболистов.
21. Питание и питьевой режим баскетболистов.
22. Восстановительные мероприятия в баскетболе и их характеристика.

23. Виды спортивных подготовок баскетболистов и их характеристика.
24. Факторы, определяющие эффективность соревновательной деятельности в баскетболе.
25. Научное обеспечение учебно-тренировочной и соревновательной деятельности в баскетболе.
26. Особенности деятельности тренера по баскетболу.
27. Виды соревнований по баскетболу. Положение о соревнованиях по баскетболу.
28. Способы проведения соревнований по баскетболу и их характеристика.
29. Официальные правила игры в баскетбол.
30. Судьи, секретари – их права и обязанности. Протокол игры. Жестикуляция судей.

Выполнение нормативов по технике игры

1. Броски с точек 10 бросков, выполняются две серии по 5 бросков с равнорасположенных точек, удаленных от проекции центра кольца на 4 м. Точки для броска размещаются на площадке следующим образом: 1-я слева от щита, на линии, параллельной линии площадки и проходящей через проекцию центра кольца; 2-я - слева от щита, на линии, проходящей через проекцию кольца под углом 45° к проекции щита; 3-я - на линии, проходящей проекцию центра кольца под углом 30° к проекции щита; 4-я - симметрично точке 2 справа от щита; 5-я симметрично точке 1 справа от щита. Необходимо выполнить серию бросков с точек в строгой последовательности: 1, 2, 3, 4, 5, затем 5, 4, 3, 2, 1. Подавать мяч бросающему не разрешается, он должен сам подобрать мяч после броска и с ведением выйти на следующую точку. Оценка норматива - не менее 5 попаданий.

2. 10 штрафных бросков, мяч подает партнер. Оценка норматива - не менее 6 попаданий.

3. Бросок в движении после ведения. С правой стороны от места пересечения средней и боковой линии ведение мяча к кольцу с последующим броском в движении – 5 повторений. Оценивается техника выполнения и количество попаданий. Оценка норматива - не менее 3 попаданий при правильном техническом выполнении.

4. Броски с дальней дистанции с трех-очковой дуги (10 бросков), выполняются две серии по 5 бросков с равнорасположенных точек. Точки для броска размещаются на площадке следующим образом: 1-я слева от щита, на линии, параллельной линии площадки и проходящей через проекцию центра кольца; 2-я - слева от щита, на линии, проходящей через проекцию кольца под углом 45° к проекции щита; 3-я - на линии, проходящей проекцию центра кольца под углом 30° к проекции щита; 4-я - симметрично точке 2 справа от щита; 5-я симметрично точке 1 справа от щита. Необходимо выполнить серию бросков с точек в строгой последовательности: 1, 2, 3, 4, 5, затем 5, 4, 3, 2, 1. Подавать мяч бросающему не разрешается, он должен сам подобрать мяч после броска и с ведением выйти на следующую точку. Оценка норматива – не менее 4 попаданий.

5. Ведение мяча. В центре зала по волейбольным и центральной линиям, от боковой до боковой, располагаются три линии стоек. По волейбольным линиям зоны нападения располагаются по 3 стойки. По центральной линии 4 стойки. Обучающийся с мячом стоит у боковой линии по правой стороне стоек. По команде начинает вести мяч обводя каждую из стоек. Первую с правой стороны, вторую с левой стороны, третью с правой стороны по кругу и переходит с ведением на центральную стойку, которую обводит по кругу левой рукой, затем обводит вторую центральную стойку, третью, четвертую по кругу правой рукой и переходит на третью линию стоек, первую обводит по кругу, остальные с левой и правой сторон. Ведение заканчивается при преодолении при прохождении боковой линии. Зачет выставляется по количеству совершенных ошибок при ведении мяча. Норматив не более трех ошибок.

6. Челночный бег по линиям трехсекундной зоны. Стоя у лицевой линии около одной из линий зоны, обучающийся по команде начинает перемещение вперед. У линии штрафного броска начинает перемещаться вдоль нее приставными шагами, по окончании спиной вперед вдоль другой боковой линии зоны до лицевой. Пройдя лицевую линию, дотрагивается до нее и в обратной последовательности начинает очередное перемещение лицом вперед, приставными боком и спиной вперед. Нормативное время не более 12 секунд.

7. Передачи мяча. Обучающийся стоя у стены на расстоянии 3-х метров. Осуществляет в течение 30 секунд передачи мяча в стену. Норматив не менее 22 передач.

4 семестр

Примерные вопросы к зачету

1. Возникновение волейбола.
2. Биография Вильяма Моргана.
3. Основные этапы истории волейбола.
4. Развитие волейбола в мире.
5. Развитие волейбола в России.
6. Развитие игры в связи с изменением правил.
7. Победители и призеры Чемпионатов Европы среди мужских и женских команд.
8. Победители и призеры Чемпионатов Мира среди мужских и женских команд.
9. Победители и призеры Олимпийских игр среди мужских и женских команд.
10. Волейбол в системе физического воспитания и образования России.
11. Волейбол в системе физического воспитания и образования Тюменской области.
12. Волейбол в системе физического воспитания и образования г.Тобольска.
13. Массовый волейбол. Формы работы по развитию массового волейбола.
15. Задачи развития волейбола в России, Тюменской области, г.Тобольске.
16. Современные представления об игре волейбол. Характеристика игры. Терминология игры волейбол.
17. Материально-техническое обеспечение игры волейбол. Обеспечение безопасности на занятиях волейболом.
18. Система отбора в волейболе. Распределение игроков по функциям и амплуа.
19. Основные параметры игровой деятельности волейболистов. Двигательный аппарат волейболиста.
20. Энергообеспечение тренировочной и соревновательной деятельности волейболистов.
21. Питание и питьевой режим волейболистов.
22. Восстановительные мероприятия в волейболе и их характеристика.
23. Виды спортивных подготовок волейболистов и их характеристика.
24. Факторы, определяющие эффективность соревновательной деятельности в волейболе.
25. Научное обеспечение учебно-тренировочной и соревновательной деятельности в волейболе.
26. Особенности деятельности тренера по волейболу.
27. Виды соревнований по волейболу. Положение о соревнованиях по волейболу.
28. Способы проведения соревнований по волейболу и их характеристика.
29. Официальные правила игры в волейбол.
30. Судьи, секретари – их права и обязанности. Протокол игры. Жестикуляция судей.

Выполнение нормативов по технике игры

1. Подача мяча любым способом на точность в зоны 1, 6, 5 по одному разу. Учитывается количество попаданий: 3 попадания – «отлично», 2 – «хорошо», 1 – «удовлетворительно»;
2. Передача мяча над собой не ниже 1 м, не выходя из круга диаметром 3 метра, подряд 10 передач: 9 – «отлично», 7 – «хорошо», 5 – «удовлетворительно»;
3. Прием снизу двумя руками с ударом в стену, 10 попыток - «отлично», 7 - «хорошо», 5 - «удовлетворительно»;
4. Нападающий удар из зоны 4 по две попытки в правую и левую половину площадки: 4 - «отлично», 3 - «хорошо». 1 - «удовлетворительно».

5 семестр

Примерные вопросы к зачету

1. История возникновения спортивного направления в гимнастике.
2. Возникновение элементов гимнастических упражнений в Индии, Китае, Персии, Греции, Южной Америке.
3. Применение средств спортивной гимнастики в VI веке во Франции.

- 4.Проведение примитивных спортивных упражнений на снарядах в немецкой системе гимнастики в конце XVIII- начале XIX веков.
- 5.Сокольская система спортивной гимнастики в Чехии.
- 6.Спортивная гимнастика в России до 1917 года.
- 7.Спортивная гимнастика в СССР.
- 8.Развитие гимнастики в России с 1991 г.
- 9.Современные тенденции развития спортивной гимнастики как вида спорта.
- 10.Гимнастические залы и оборудование для занятий спортивной гимнастикой.
11. Требования к размещению и установке гимнастических снарядов для занятий. Размещение многокомплектных снарядов.
12. Правила эксплуатации гимнастических залов и оборудования.
- 13.Обеспечение безопасности и профилактика травматизма на занятиях спортивной гимнастикой.
14. Медицинское обеспечение занятий спортивной гимнастикой.
- 15.Характеристика основных медико-биологических средств восстановления в спортивной гимнастике.
- 16.Организация питания при занятиях спортивной гимнастикой.
- 17.Система научного обеспечения занятий спортивной гимнастикой.
- 18.Характеристика основных разделов курсовой работы.
- 19.Особенности деятельности тренера по спортивной гимнастике.
- 20.Биомеханические основы техники гимнастических упражнений.
- 21.Современное состояние терминологии спортивной гимнастики и проблемы ее совершенствования.
22. Организация и судейство соревнований по спортивной гимнастике.
- 23.Характеристика основных разделов положения о соревнованиях по спортивной гимнастике.
- 24.Права и обязанности участников соревнований по спортивной гимнастике.
- 25.Права и обязанности судей соревнований по спортивной гимнастике.
26. Требования к инвентарю и оборудованию во время соревнований по спортивной гимнастике.
- 27.Судейство женских соревнований по спортивной гимнастике.
- 28.Особенности судейства упражнений на бревне.
- 29.Особенности судейства вольных упражнений у женщин.
- 30.Особенности судейства опорных прыжков у женщин
- 31.Особенности судейства упражнений на брусьях разной высоты.
- 32.Судейство мужских соревнований по спортивной гимнастике.
- 33.Особенности судейства упражнений на перекладине.
34. Особенности судейства упражнений на коне.
- 35.Особенности судейства упражнений на брусьях.
- 36.Особенности судейства упражнений на кольцах.
- 37.Особенности судейства опорных прыжков.
- 38.Особенности судейства вольных упражнений.

Вольные упражнения

Юноши

Упражнение №1

- 1.Равновесие на одной ноге, руки в стороны – 1,5
- 2.Выпрямиться, шаг вперед и поворот в сторону («колесо») – 2,5
- 3.Поворот на 90° плечом вперед и кувырок вперед в упор присев ноги скрестно – 2,0
- 4.Поворот в упоре присев кругом – 1,0
- 5.Кувырок назад – 2,0
- 6.Выпрямляясь, прыжок, вверх прогнувшись – 1,0

Упражнение №2

- 1.Упор присев и толчком двумя стойка на голове и руках – 3,0

- 2.Кувырок вперед с прямыми ногами в сед – 1,5
- 3.Наклон вперед и перекатом назад стойка на лопатках – 3,0
- 4.Перекаат вперед в упор присев – 1,5
- 5.Выпрямляясь, прыжок вверх прогнувшись ноги врозь – 1,0

Брусья

Упражнение №1

- 1.С прыжка наскок в упор (держать) – 1,0
- 2.Мах вперед, мах назад – 2,0
- 3.Махом вперед сед ноги врозь – 1,5
- 4.Перемах внутрь – 1,5
- 5.Мах назад – развести ноги – 1,5
- 6.Махом вперед соскок углом – 2,5

Упражнение №2

- 1.Из размахивания в упоре на предплечьях подъем махом назад – 3,5
- 2.Мах вперед – 1,0
- 3.Мах назад, мах вперед – 2,0
- 4.Махом назад упор присев на одной ноге, другая между жердей – 1,5
- 5.Махом свободной ноги назад соскок прогнувшись – 2,0

Опорный прыжок

№1. Прыжок ноги врозь через козла в длину (высота – 115 см.).

№2. С косого разбега прыжок углом махом одной и толчком другой через коня в ширину (высота – 115 см.).

Перекладина (низкая)

Упражнение №1

- 1.Из вися стоя, толчком двумя упор – 3,5
- 2.Мах назад – 1,0
- 3.Оборот назад в упоре – 3,5
- 4.Соскок дугой – 2,0

Упражнение №2

- 1.С расстояния 1 метра от перекладины прыжок в вис углом – 2,0
- 2.Махом назад вис стоя – 1,0
- 3.Наскок в упор – 2,0
- 4.Медленное опускание вперед в вис углом (держать) – 4,0
- 5.Опустить ноги и выпрямиться в основную стойку – 1,0

Конь – махи

Упражнение №1

- 1.Из упора на руках, мах правой вправо – 0,5
- 2.Мах левой влево – 0,5
- 3.Перемах правой влево – 1,0
- 4.Перемах правой назад – 2,0
- 5.Перемах левой вправо – 1,0
- 6.Перемах левой назад – 2,0
- 7.Перемах правой влево – 1,0
- 8.Перемах левой вперед и соскок, прогнувшись в стойку правым боком к коню – 2,0

Упражнение №2

- 1.Из упора на руках, мах левой влево – 0,5
- 2.Мах правой вправо – 0,5
- 3.Перемах левой вправо – 0,5
- 4.Перемах левой назад – 2,0
- 5.Перемах правой влево – 1,0
- 6.Перемах правой назад – 2,0
- 7.Перемах левой вправо – 1,0

8.Перемах правой вперед и соскок, прогнувшись поворотом налево в стойку левым боком к коню – 2,0

Кольца

Упражнение №1

1.Из виса на кольцах мах вперед – 1,0

2.Мах назад – 3,0

3.Мах вперед – 3,0

4.Махом назад соскок – 3,0

Упражнение №2

1.Размахивание в висе (3 – 4 маха) – 1,0

2.Вис, согнувшись – 3,0

3.Мах назад – 1,5

4.Мах вперед – 1,5

5.Махом назад соскок – 3,0

Девушки

Опорный прыжок

№1. Прыжок, в упор присев и соскок прогнувшись (конь в ширину).

№2. Прыжок боком через коня в ширину (высота – 110 см).

Брусья разной высоты

Упражнение №1

1.Размахивание в висе на верхней жерди (2-3 маха) – 2,0

2.Перемах ноги врозь в вис, лежа сзади на бедрах на нижней жерди – 3,0

3.Поворот налево, сед на левом бедре согнув ногу, правая назад на нижней жерди: руки: левая хватом за верхнюю жердь, правая в сторону – 2,0

4.Хват правой снизу на нижней жерди и поворот направо кругом, соскок прогнувшись в стойку правым боком к брусьям – 3,0

Упражнение №2

1.Размахивание в висе на верхней жерди (2-3 маха) – 2,0

2.Перемах согнув ноги в вис, лежа сзади на бедрах на нижней жерди – 3,0

3.Поворотом налево, сед на левом бедре, согнув левую ногу, правая назад, руки: левая хватом за верхнюю жердь, правая хватом за нижнюю жердь – 1,0

4.Поднимая и соединяя ноги на нижней жерди, поворот налево с перехватом правой справа на нижней жерди и перемахом двумя влево, соскок углом – 4,0

Бревно

Упражнение №1

1.Из стойки продольно, опорой двумя руками, перемах правой в сед ноги врозь – 2,0

2.Махом назад упор, лежа на согнутых руках – 1,5

3.Упор, лежа – 0,5

4.Сгибая правую, встать в положение выпада на ней, руки в стороны – 1,0

5.Приставляя левую и выпрямляясь, стойка на носках, руки вверх – 0,5

6.Опускаясь, равновесие на одной ноге (держать) – 1,5

7.Шаг левой, полуприседая и выпрямляясь, круг правой рукой книзу – 0,5

8.Шаг правой, полуприседая и выпрямляясь, круг левой рукой книзу – 0,5

9.Приставляя левую, поворот в стойку продольно, руки назад-вниз – 0,5

10.Соскок, вперед прогнувшись – 1,5

Упражнение №2

1.Из стойки продольно, опорой двумя руками, прыжком упор, правая в сторону на носок, поворотом налево стойка на левом колене, правая назад и полушагат, руки в стороны – 2,5

2.Опорой спереди, выпрямляя левую ногу, упор лежа – 0,5

3.Толчком двумя упор присев – 2,0

4.Встать на носки, шаг правой – 0,5

5.Равновесие на правой – 2,0

6.Выпрямляясь, приставить левую и соскок прогнувшись вперед – в сторону – 2,0

Вольные упражнения**Упражнение №1**

1. Из основной стойки, шаг вперед и равновесие на одной ноге, руки в стороны (держать) – 2,0
2. Выпрямляясь, шаг вперед и кувырок вперед в присед – 2,0
3. Перекат назад, стойка на лопатках (держать) – 2,0
4. Перекат вперед в упор присев – 1,5
5. Прыжок, вверх прогнувшись, ноги врозь – 2,5

Упражнение № 2

1. Равновесие на одной ноге «кольцом» - 1,5
2. Два темповых кувырка вперед – 2,0
3. Перекат назад, стойка на лопатках (держать) – 1,5
4. Медленное опускание ног в горизонтальное положение, сгибая руки и ноги – «мост» - 1,5
5. Поворот кругом в упор присев – 1,0
6. Кувырок назад ноги врозь, кувырок назад, ноги вместе – 2,0
7. Прыжок, вверх прогнувшись, ноги вместе – 0,5

Критерии оценки выполнения зачетных гимнастических упражнений

Оценка	Кол-во баллов за проведенный урок
5 (отлично)	От 9,0 до 10,0 баллов
4 (хорошо)	От 8,0 до 8,9 баллов
3 (удовлетворительно)	От 7,5 до 7,9 баллов
2 (неудовлетворительно)	От 7,4 и ниже

6 семестр**Примерные вопросы к зачету**

1. Характеристика настольного тенниса как средства физического воспитания.
2. Функции настольного тенниса: оздоровительная, развивающая, рекреационная и др.
3. История возникновения и развития настольного тенниса.
4. Актуальные проблемы развития настольного тенниса.
5. Размеры площадки, стола, вес и размеры мяча. Ракетка для соревнований. Высота и длина сетки.
6. Отличительные особенности соревнований по круговому способу и олимпийской системе с розыгрышем всех мест.
7. Методика проведения соревнований по круговому способу и составления графика проведения очередности встреч на 8 игроков.
8. Методика проведения соревнований по олимпийской системе и составления графика проведения очередности встреч на 16 игроков.
9. Розыгрыш очка. Костюм участника.
10. Правила парной игры. Системы проведения командных соревнований.
11. Правило активизации игры (13 ударов). Одиночная встреча.
12. Правило подачи. Перерывы в игре и остановки.
13. Судейская терминология в настольном теннисе.
14. Права и обязанности участников соревнований.
15. Состав судейской коллегии, права и обязанности судий соревнований.
16. Методика организации и проведения соревнований по настольному теннису.
17. Основные термины настольного тенниса.
18. Основные санитарно-гигиенические требования к местам занятий настольным теннисом.
19. Общая характеристика техники игры в настольный теннис. Особенности вращения полета и отскока мяча.
20. Классификация технических приемов в настольном теннисе.
21. Основные стили игры в настольном теннисе.
22. Тактика одиночной игры в настольный теннис. Основные схемы и стратегии.

23. Тактика парной игры в настольный теннис. Основные схемы и стратегии.
24. Требования к спортивному инвентарю и уход за ним.
25. Правила техники безопасности при проведении занятий настольным теннисом.
26. Особенности организации занятий настольным теннисом с различными группами населения.
27. Особенности проведения занятий по настольному теннису с различным контингентом занимающихся по месту жительства.
28. Настольный теннис как воспитательное средство физической культуры.
29. Рекреационные формы занятий настольным теннисом.
30. Настольный теннис в физкультурно-оздоровительной работе с людьми пожилого возраста.

Технические нормативы по настольному теннису

Упражнение	Оценка		
	3	4	5
Набивание мяча ладонной стороной ракетки (кол-во раз)	50	60	70
Набивание мяча тыльной стороной ракетки (кол-во раз)	50	60	70
Набивание мяча поочередно ладонной и тыльной стороной ракетки (кол-во раз)	50	60	70
Игра с накатами справа по диагонали (кол-во раз без ошибок)	6	8	10
Игра с накатами слева по диагонали (кол-во раз без ошибок)	6	8	10
Выполнение подачи справа накатом в правую половину из 10 попыток (кол-во раз)	4	5	6
Выполнение подачи слева подрезкой в левую половину из 10 попыток (кол-во раз)	4	5	6

Примерные вопросы к зачету

1. Характеристика бадминтона как средства физического воспитания.
2. Функции спортивной игры в бадминтон: оздоровительная, развивающая, рекреационная и др.
3. История возникновения и развития бадминтона.
4. Актуальные проблемы развития бадминтона.
5. Размеры игровой площадки (корта), вес и размеры волана. Ракетка для соревнований. Высота и длина сетки в бадминтоне.
6. Отличительные особенности соревнований по круговому способу и олимпийской системе с розыгрышем всех мест.
7. Методика проведения соревнований по круговому способу и составления графика проведения очередности встреч на 8 игроков.
8. Методика проведения соревнований по олимпийской системе и составления графика проведения очередности встреч на 16 игроков.
9. Розыгрыш очка. Костюм участника.
10. Правила парной игры. Системы проведения командных соревнований.
11. Одиночная встреча.
12. Правило подачи. Перерывы в игре и остановки.
13. Судейская терминология в бадминтоне.
14. Права и обязанности участников соревнований.
15. Состав судейской коллегии, права и обязанности судий соревнований.
16. Методика организации соревнований по бадминтону.
17. Методика проведения соревнований по бадминтону.
18. Основные термины бадминтона.
19. Основные санитарно-гигиенические требования к местам занятий бадминтоном.
20. Общая характеристика техники игры в бадминтон.
21. Особенности вращения полета и отскока волана в бадминтоне.
22. Классификация технических видов спорта в бадминтоне.

23. Основные стилевые направления игры в бадминтон.
24. Тактика одиночной игры. Основные схемы и стратегии.
25. Тактика парной игры в бадминтоне. Основные схемы и стратегии.
26. Методика обучение технике игры в бадминтон.
27. Требования к спортивному инвентарю и уход за ним.
28. Правила техники безопасности при проведении занятий бадминтоном.
29. Бадминтон как реабилитационное средство физической культуры.
30. Рекреационные формы занятий бадминтоном.

Технические нормативы по бадминтону

Упражнение	Оценка		
	3	4	5
Высоко-далекая подача (кол-во раз из 10 попыток)	4	5	6
Короткая подача (кол-во раз из 10 попыток)	3	4	5
Укороченный удар (кол-во раз из 10 попыток)	4	5	6
Высоко-далекий удар (кол-во раз из 10 попыток)	3	4	5
Смэш (кол-во раз из 10 попыток)	3	4	5

7 семестр

Примерные вопросы к зачету

1. Регби, как средство физического воспитания и как вид спорта. Разновидности игры.
2. Возникновение и развитие регби в России и за рубежом.
3. Подвижные игры и игровые упражнения, используемые при обучении Регби.
4. Подготовительные упражнения к Регби на уроках физкультуры.
5. Подготовительные, специальные и подводящие упражнения, игры и эстафеты, способствующие овладению техникой игры в регби.
6. Утренняя зарядка - необходимая составная часть самостоятельной тренировки регбиста.
7. Предупреждение травматизма и оказание первой помощи на уроках физкультуры по регби.
8. Особенности проведения занятий и соревнований с учащимися различного возраста по регби.
9. Физические качества регбистов и морфофункциональные особенности.
10. Организация внеклассной работы, учебно-тренировочные занятия по регби в школе и ДЮСШ.
11. Ведение протокола в Регби, сокращенные правила по Регби.
12. Продолжительность игры, сущность игры, определение победителя, площадка, оборудование, экипировка игроков, состав команды.
13. Классификация техники игры в регби.
14. Классификация тактических действий игры в регби.
15. Взаимосвязь техники и тактики в регби.
16. Системы защиты в регби, их краткая характеристика.
17. Тэг-регби в школе, как вариативная часть программы.
18. Оборудование и инвентарь для организации учебного и тренировочного процесса по игре тэг-регби.
19. Положение о соревнованиях по регби. Виды соревнований.
20. Состав судейской бригады в регби и их обязанности, жестикуляция и терминология в регби.

Технические нормативы по тэг-регби

Упражнение	Оценка		
	3	4	5
Передача мяча влево и в право поочередно на месте способом swing «средняя передача» (кол-во раз на точность)	4	5	6

Передача мяча влево и в право поочередно на месте способом spin «пас торпедой» (кол-во раз на точность)	4	5	6
Передача мяча влево и в право поочередно в движении любым способом (кол-во раз на точность)	4	5	6
Ловля мяча после удара ногой (кол-во раз)	3	4	5
Удары ногой по мячу с рук на точность (кол-во раз)	3	4	5

8 семестр

Примерные вопросы к экзамену

1. Краткие сведения о возникновении и развитии мирового мини-футбола.
2. Развитие мини-футбола в России.
3. Мини-футбол как средство физического воспитания;
4. Сущность игры в мини- футбол, инвентарь;
5. Роль тренера в подготовке спортсменов.
6. Правила игры. Судейская жестикуляция и терминология.
7. Исключительные перерывы в игре. Тайм - ауты и технические тайм – ауты.
8. Замены игроков в мини-футболе.
9. Утренняя зарядка – необходимая составная часть тренировки в мини футболе.
10. Самостоятельная подготовка мини-футболиста;
11. Приспособления и тренажеры для самостоятельной подготовки мини-футболистов.
12. Предупреждение травматизма на занятиях по мини- футболу.
13. Игровое амплуа игроков.
14. Обязанности капитана команды.
15. Классификация игры в мини- футбол.
16. Классификация техники нападения.
17. Классификация техники защиты.
18. Классификация тактики нападения.
19. Классификация тактики защиты.
20. Техника игры вратаря.
- 21 Тактика обороны.
- 22 Тактика нападения.
- 23 Упражнения для индивидуального совершенствования техники;
- 24 Индивидуальные защитные действия мини- футболистов;
- 25 Силовые единоборства в мини- футболе;

Технические нормативы по футболу

Упражнение	Оценка		
	3	4	5
Набивание мяча (кол-во раз)	10/25	15/30	20/35
Ведение мяча с обводкой, 10 фишек, 2 попытки (кол-во ошибок)	3/4	2/3	1/2
7-ми метровый удар, 10 ударов, 5 влево, 5 вправо по квадратам, 2 попытки (кол-во раз на точность)	5/3	6/4	7/5