



**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ
РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ**

**Белорусский национальный
технический университет**

Кафедра «Физическая культура»

**РАБОЧАЯ УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА
ДЛЯ СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ
УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ**

**Минск
БНТУ
2012**

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
Белорусский национальный технический университет

Кафедра «Физическая культура»

РАБОЧАЯ УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА
ДЛЯ СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ
УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ ОСНОВНОГО
И ПОДГОТОВИТЕЛЬНОГО УЧЕБНЫХ
ОТДЕЛЕНИЙ ВСЕХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ

Минск
БНТУ
2012

УДК 796
ББК
Р 43

Составители:

*П. Г. Сыманович, Л. Г. Лаврова, Э. Д. Россо,
О. Г. Петровская, Л. А. Евсейчик*

Рецензенты:

С. Г. Ковалев, В. Е. Васюк

СОДЕРЖАНИЕ

I. Баскетбол.....	4
Пояснительная записка	4
Содержание дисциплины.....	7
Учебно-методические карты.....	9
I курс.....	9
II курс	10
III курс	11
IV курс.....	12
Информационно-методическая часть	13
Список литературы.....	14
II. Волейбол	18

1. БАСКЕТБОЛ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная программа по предмету «Физическая культура» раздел «Баскетбол» разработана для студентов высших учебных заведений основного и подготовительного учебных отделений всех специальностей на основании типовой учебной программы «Физическая культура» №ТД-СД 014/тип.

Баскетбол – средство всестороннего развития. Он включает в себя ходьбу, бег, прыжки, броски. Развивает у игроков быстроту, силу, выносливость, ловкость. Приучает принимать самостоятельные решения, смело действовать в трудных условиях, правильно взаимодействовать с партнерами, воспитывает творческую инициативу, коллективизм, смелость, активность, волю к победе. Физическая и техническая неподготовленность игрока отрицательно влияет на его тактические действия, а недостаточная морально-волевая подготовка, индивидуализм, недисциплинированность, отсутствие воли к победе сведут на нет все достижения физической, тактической и технической подготовки не только его одного, но и всей команды.

Задачи дисциплины:

– освоение системы знаний и практических умений, направленных на овладение навыками игры в баскетбол.

– использование баскетбола как средства физического воспитания для совершенствования физических качеств: быстроты, ловкости, выносливости, силы и т.д.

– воспитание потребности в физическом совершенствовании, использовании средств физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни.

В результате освоения курса «Баскетбол» студент должен:

знать:

– медико-биологические и гигиенические предпосылки к занятиям баскетболом;

- правила техники безопасности при занятиях спортивными играми;
- основы профилактики травматизма;
- правила соревнований по баскетболу;
- теоретические и методические основы физической культуры и здорового образа жизни.

уметь:

- в соответствии с правилами выполнять технические приемы, обеспечивающие успешное ведение игры;
- уметь пользоваться тактическими приемами, т.е. взаимодействовать с партнерами, противодействовать противнику в зависимости от конкретной ситуации в игре.

приобрести навыки:

- использования физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей;
- укрепления здоровья средствами спортивных игр;
- основ самоконтроля в процессе занятий баскетболом;
- профилактики травматизма.

Диагностика компетенций студента

Оценка уровня знаний студента осуществляется в устной, письменной и практической формах. Основой аттестации студентов является десятибалльная система оценки результатов учебной деятельности.

Для объективной оценки учебной деятельности студента применяется:

- собеседование по разделам теоретического курса;
- выполнение практических заданий по организации, проведению и контролю учебных и самостоятельных занятий;
- тестирование уровня физической подготовленности по основным разделам данной программы.

Оценка промежуточных учебных достижений студента также осуществляется по десятибалльной шкале.

Для оценки достижений студента используется следующий диагностический инструментарий:

- выполнение на практических занятиях индивидуальных заданий;
- защита рефератов по разделам теоретического и методического курса;
- проведение текущих контрольных опросов по отдельным темам;
- составление индивидуальных тренировочных заданий.

Распределение аудиторных часов по видам занятий

	1 курс	2 курс	3 курс	4 курс	Ит ого:
Теория	2	2	2	2	8
Практиче- ские занятия	32	32	26	24	114
Методиче- ские занятия	4	4	10	12	30
Итого:	38	38	38	38	152

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Раздел I. Теоретические занятия

Тема 1. Место и значение баскетбола в системе физического воспитания студентов

Возникновение и развитие баскетбола. Гигиенические требования. Техника безопасности. Профилактика травматизма.

Тема 2. Правила игры в баскетболе

Правила игры. Правила соревнований. Организация и проведение соревнований Оборудование и инвентарь

Тема 3. История белорусского баскетбола

Тема 4. Индивидуальная тренировка баскетболиста

Задачи и разновидности индивидуальной тренировки. Самостоятельная разминка. Самоконтроль.

Раздел II. Практические занятия

Тема 1. Общая физическая подготовка

Общеразвивающие упражнения, подвижные игры и эстафеты. Развитие силы, быстроты, выносливости, специальной выносливости баскетболиста, гибкости, ловкости, прыгучести.

Тема 2. Специальная физическая подготовка

Передвижения по площадке. Ловля, ведение, передача мяча. Броски в корзину.

Тема 3. Tактическая и техническая подготовка

Тема 4. Оценка специальной физической и технической подготовки

Раздел III. Методические занятия

Тема 1. Ознакомление с особенностями методики начального обучения технических приемов игры в баскетбол.

Тема 2. Составление комплексов разминки (перед тренировочным или учебным занятием, перед игрой).

Тема 3. Ознакомление с особенностями обучения некоторым тактическим действиям в защите.

Тема 4. Судейские и инструкторские практики.

Тема 5. Ознакомление с особенностями восстановительных мероприятий.

Тема 6. Ознакомление с положением о спортивных соревнованиях, классификация для присвоения спортивных разрядов.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА

I КУРС

Номер раздела, темы	Название раздела, темы, занятия; перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов								Материальное обеспечение занятия	Литература	Контроль знаний
		Лекции				Практические занятия						
Курс		1	2	3	4	1	2	3	4			
1	Теоретические занятия	2										
1.1.	Место и значение баскетбола в системе физического воспитания студентов	2								Мультимедиа презентация № 1	[1] [4] [7]	реферат
2	Практические занятия					32						
2.1	Общая физическая подготовка					10				Методические рекомендации	[3]	
2.2	Специальная физическая подготовка					14				Методические рекомендации	[3]	
2.2.1	Передвижение					5					[8]	
2.2.2	Передачи мяча					5					[8]	
2.2.3	Броски в корзину					4					[9]	
3	Тактическая и техническая подготовка					6				Методические рекомендации	[9]	
4	Оценка специальной, физической и технической подготовленности					2						Контроль
5	Методические занятия					4						
5.1	Особенности методики начального обучения техники передвижений, передач и др.					2					[5]	

5.2	Комплекс основной разминки				2				Методические рекомендации	[6]	Кон- троль
	Всего часов	2			36						

II КУРС

Номер раздела, темы	Название раздела, темы, занятия; перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов								Материальное обеспечение занятия	Литера- тура	Кон- троль зна- ний
		Лекции				Практические занятия						
		1	2	3	4	1	2	3	4			
Курс		1	2	3	4	1	2	3	4			
1	Теоретические занятия		2									
1.1.	Правила игры в баскетболе		2							Кинокольцовка Методические рекомендации	[2]	Рефе- рат
2	Практические занятия						32					
2.1	Общая физическая подготовка						10			Методические рекомендации	[3]	
2.2	Специальная физическая подготовка						14			Методические рекомендации	[3] [5]	
2.2.1	Передвижение						5				[5]	
2.2.2	Передачи мяча						5				[8]	
2.2.3	Броски в корзину						4				[9]	
3	Тактическая и техническая подготовка						6			Методические рекомендации	[5]	
4	Оценка специальной, физической и технической подготовленности						2					Кон- троль
5	Методические занятия						4					
5.1	Ознакомление с особенностями обучения некоторым тактическим действиям в за-						2				[3]	

	щите											
5.2	Судейские и инструкторские практики						2					[2]
	Всего часов:		2				36					

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА III КУРС

номер раздела, темы,	Название раздела, темы, занятия; перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов								Материальное обеспечение занятия	Литерату- ра	Конт- роль зна- ний	
		Лекции				Практические занятия							
Курс		1	2	3	4	1	2	3	4				
1	Теоретические занятия			2								[1]	
1.1.	История белорусского баскетбола			2							Мультимедиа		Рефе- рат
2	Практические занятия							26					
2.1	Общая физическая подготовка							10			Методические рекомендации	[3]	
2.2	Специальная физическая подготовка							10			Методические рекомендации	[3]	
2.3.1	Передвижение							2				[5]	
2.2.2	Ловля и передача мяча							4				[9]	
2.2.3	Броски в корзину							4				[9]	
3	Тактическая и техническая подготовка							4			Методические рекомендации	[4]	
4	Оценка специальной, физической и технической подготовленности							2					Конт- роль
5	Методические занятия							10					
5.1	Судейские и инструкторские практики							6				[6]	
5.2	Ознакомление с особенностями восстано-							4			Методические		

	вительных мероприятий									рекомендации		
	Всего часов:			2					36			

Номер раздела, темы	Название раздела, темы, занятия; перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов								Материальное обеспечение занятия	Литература	Контроль знаний
		Лекции				Практические занятия						
Курс		1	2	3	4	1	2	3	4			
1	Теоретические занятия				2							
1.1.	Индивидуальная тренировка баскетболистов				2					Методические рекомендации	[5]	Реферат
2	Практические занятия								24			
2.1	Общая физическая подготовка								10	Методические рекомендации	[3]	
2.2	Специальная физическая подготовка								10	Методические рекомендации	[3]	
2.2.1	Передвижение								2		[9]	
2.2.2	Ведение								2		[9]	
2.2.3	Ловля и передача мяча								2		[8]	
2.2.4	Броски в корзину								4		[8]	
3	Тактическая и техническая подготовка								2	Методические рекомендации	[3]	
4	Оценка специальной, физической и технической подготовленности								2			Контроль
5	Методические занятия								12			
3.2	Судейские и инструкторские практики.								8		[2]	

3.3	Положение о спортивных соревнованиях, классификация спортивных разрядов							4	Методические рекомендации	[3]	
	Всего часов:			2				36			

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ РЕФЕРАТОВ

1. Развитие физических качеств, средствами спортивных игр.
2. Гигиенические требования и техника безопасности при занятиях баскетболом.
3. Предупреждение травматизма при занятиях спортивными играми.
4. Современные направления баскетбола.
5. Уличный баскетбол.
6. Баскетбол – активный досуг молодежи.
7. Достижения белорусского баскетбола.

ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Белорусскому баскетболу 80 лет. – Мн., 2003. -20 с.
2. Баскетбол: правила игры. – М.: ФиС, 2008.
3. Бондарь, А.И. Баскетбол: теория и практика / А.И. Бондарь. – Мн.: БГУФК, 2007. – 423 с.
4. Воробьев, Г.П. Почему возникают травмы и как их предупредить / Г.П. Воробьев // Теория и практика физической культуры. – М.: 1989.- №9. – с. 31-33.
5. Кераминас, С.А. Исследование методики обучения баскетболиста приемам техники игры (броски мяча в корзину) / С.А. Кераминас. – М.: ГЦОЛИФК, 1955. – 269 с.
6. Лаврова, Л.Г. основы разминки в баскетболе: учеб. пособие / Л.Г. Лаврова, В.А. Иванский. – Мн.: , 1997. – 64 с.
7. Миикофф, Д. Повреждения в баскетболе. Спортивные травмы. Клиническая практика предупреждения и лечения / Д. Микофф. – Киев: Олимпийская литература, 2003. – с. 242-272.
8. Сортэл, Н. Баскетбол: 100 упражнений и советов для юных игроков / Н. Сортэл. – М.: АСТ, 2005. – 237 с.
9. Яхонтов, Е.Р. Баскетбол для всех / Е.Р. Яхонтов. – М.: ФиС, 1978. – 45 с.

**ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ
ПО ИЗУЧАЕМОЙ ДИСЦИПЛИНЕ С ДРУГИМИ
ДИСЦИПЛИНАМИ СПЕЦИАЛЬНОСТИ**

Название дисциплины, с которой требуется согласование	Название кафедры	Предложения об изменениях в содержании учебной программы по изучаемой учебной дисциплине	Решение, принятое кафедрой, разработавшей учебную программу (с указанием даты и номера протокола)

Заведующий кафедрой

П.Г.Сыманович

**ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЕ
ПО ИЗУЧАЕМОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ
НА _____ / _____ учебный год**

№ п/п	Дополнения и изменения	Основание

Учебная программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры «Физическая культура» протокол № _____ от «_____» _____ г.

Заведующий кафедрой
к.п.н., доцент

П.Г.Сыманович

УТВЕРЖДАЮ
Декан СТФ
к.п.н., доцент

И.В.Бельский

Белорусский национальный технический университет

УТВЕРЖДАЮ
Деканом СТФ Бельским И.В.
26 марта 2012г.
Регистрационный №
УД-СТФ 113-15/р.

РАБОЧАЯ УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА

РАЗДЕЛ ВОЛЕЙБОЛ

Минск
2012г

Рекомендована:

кафедрой физической культуры БНТУ
(протокол №6 от 22.03.2012г.)
Советом спортивно-технического факультета БНТУ
(протокол №3 от 26.03.2012г.)

Составили:

Заведующий кафедрой «Физическая культура», кандидат педагогических наук, доцент Сыманович П.Г.;
Старший преподаватель Россо Э.Д.
Старший преподаватель Петровская О.Г.
Преподаватель Евсейчик Л.А.

Рецензенты:

Заведующая кафедрой «Спорт» СТФ, кандидат педагогических наук, доцент Ковель С.Г.
Заведующий кафедрой «Спортивная инженерия» СТФ, кандидат педагогических наук, доцент Васюк В.Е.

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка	19 стр
Содержание дисциплины	22 стр
РАЗДЕЛ 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ	22 стр
РАЗДЕЛ 2. ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ	23 стр
РАЗДЕЛ 3. МЕТАДИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ	24 стр
Учебно-методическая карта	25 стр
Информационно-методическая часть	27 стр
Список литературы	28 стр

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная программа по предмету «Физическая культура» раздел «Баскетбол» разработана для студентов высших учебных заведений основного и подготовительного учебных отделений всех специальностей на основании типовой учебной программы «Физическая культура» №ТД-СД 014/тип.

Целью изучения дисциплины является посредством занятий волейболом приобщить студентов к систематическим занятиям физической культурой, создать лучшие предпосылки для усвоения учебной программы по физическому воспитанию, способствовать организации спортивной работы на уровне массового спорта.

Задачи дисциплины:

- воспитание у студентов высоких моральных, волевых и физических качеств, подготовка молодежи к труду и защите Родины.
- сохранение и укрепление здоровья, содействие правильному формированию и всестороннему развитию организма, поддержание высокой работоспособности на протяжении всего периода обучения.
- приобретение необходимых знаний по основам теории, методике и организации физического воспитания и спортивной тренировки по волейболу.
- совершенствование спортивного мастерства.
- подготовка спортсменов для работы в качестве общественных инструкторов и судей.

В результате освоения курса «Волейбол» студент должен: понимать роль физической культуры в гармоничном развитии личности, формировании её социального и профессионального статуса;
знать:

- теоретические и методические основы физической культуры и здорового образа жизни;
- медико-биологические предпосылки к занятиям физическими упражнениями;
- место и значение силовых видов в системе физического воспитания студентов;
- теоретические сведения об основных видах двигательных действий в волейболе и правила соревнований;
- правила техники безопасности при занятиях волейболом;

уметь:

- выполнять основные приемы самостраховки;
- грамотно использовать технику выполнения основных игровых приемов на всех этапах ознакомления, разучивания, закрепления, совершенствования и контроля;
- правильно оценивать результаты выполнения текущих и плановых контрольных мероприятий;

приобрести навыки:

- использования физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей;
- сохранения и укрепления здоровья средствами волейбола;
- самостоятельного контроля нагрузки на учебных и самостоятельных занятиях;
- применения знаний об основных принципах тренировки в самостоятельных занятиях.

Диагностика компетенций студента

Оценка уровня знаний студента осуществляется в устной, письменной и практической формах. Основой аттестации студентов является десятибалльная система оценки результатов учебной деятельности.

Для объективной оценки учебной деятельности студента применяется:

- беседа с преподавателем; беседа с родителями; собеседование по делам теоретического курса;
- выполнение практических заданий по организации, проведению и контролю учебных и самостоятельных занятий;
- тестирование уровня физической подготовленности по основным разделам данной программы.

Оценка промежуточных учебных достижений студента также осуществляется по десятибалльной шкале.

Для оценки достижений студента используется следующий диагностический инструментарий:

- выполнение на практических занятиях индивидуальных заданий;

- защита рефератов по разделам теоретического и методического курса;
- проведение текущих контрольных опросов по отдельным темам;
- сдача зачета по дисциплине.

Распределение аудиторных часов по видам занятий

	1 курс	2 курс	3 курс	4 курс	Итого:
Теория	4	4	4	4	16
Практические занятия	32	28	26	24	110
Методические занятия	4	8	10	12	34
Итого:	40	40	40	40	160

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

РАЗДЕЛ 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

Тема 1. Влияние занятий волейболом на организм человека

Специфические особенности игры в волейбол. Физические нагрузки, воздействующие на организм. Влияние занятий волейболом на развитие мышечного аппарата, жизненно-необходимых качеств, на дыхательную и сердечно-сосудистую системы. Волейбол как средство укрепления здоровья, повышения физической подготовленности, воспитания моральных и волевых качеств, чувства коллективизма.

Тема 2. Правила соревнований и их содержание

Совершенствование знаний о правилах проведения соревнований.

Тема 3. Техника и тактика игры в волейбол

Техника игры. Технические приемы игры в нападении. Технические приемы игры в защите. Тактические приемы в игре.

Тема 4. Тренировочные нагрузки и контроль за ними по ЧСС

Изменения, происходящие в организме под воздействием физических нагрузок. Частота сердечных сокращений (ЧСС) – наиболее информативный показатель функционального состояния человека. Процедура определения ЧСС. Показатели ЧСС, отражающие воздействие мощности нагрузки на организм волейболиста в течение занятия. Время восстановления ЧСС в период отдыха после нагрузки как показатель функциональных возможностей организма.

Тема 5. Правила организации и проведения самостоятельных занятий

Подготовка занимающихся к проведению самостоятельных занятий по волейболу. Методика правильного проведения разминки во избежание травм.

Тема 6. Правила, организация и проведение соревнований. Судейство соревнований

Положение о соревнованиях. Официальные правила игры в волейбол. Судейство соревнований.

РАЗДЕЛ 2. ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

Тема 1. Общая физическая подготовка

Общеразвивающие упражнения, подвижные игры и эстафеты. Развитие силы, быстроты, выносливости, специальной выносливости баскетболиста, гибкости, ловкости, прыгучести.

Тема 2. Специальная физическая подготовка

Передвижения по площадке. Прием, передача мяча. Подача мяча. Технические приемы в игре. Тактические приемы в игре. Игровая подготовка.

Тема 3. Оценка специальной физической и технической подготовки

Контрольные упражнения

Упражнения	Курс	Результаты и оценки					
		мужчины			женщины		
		уд	хор	отл	уд	хор	отл
Прыжок вверх с места (по прибору Абалакова), см	1	50	55	60	40	45	48
	2	55	60	65	45	48	51
	3	60	65	67	48	50	53
	4	65	68	70	50	52	55
Серийные прыжки с доставанием рукой подвешенного мяча, для муж. – на 1м, для жен. – 80см (количество раз подряд)	1	10	12	14	7	8	9
	2	12	14	16	8	9	10
	3	14	16	18	9	10	11
	4	16	18	20	10	11	12
Подача мяча любым способом (количество попаданий в площадку из 10 подач)	1	5	6	7	4	5	6
	2	6	7	8	5	6	7
	3	7	8	9	6	7	8
	4	8	9	10	7	8	9

Передача мяча сверху двумя руками в парах на расстоянии 6-7м (количество непрерывных передач)	1	7	8	9	7	8	9
	2	8	9	10	8	9	10
	3	9	10	11	9	10	11
	4	10	11	12	10	11	12
Нападающий удар из зон 4, 3, 2. Три попытки в каждой зоне (количество попаданий в площадку из 9 ударов без нарушения правил)	1	5	6	7	4	5	6
	2	6	7	8	5	6	7
	3	7	8	9	6	7	8
	4	8	9	10	7	8	9

РАЗДЕЛ 3. МЕТОДИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

Тема 1. Методика начального обучения

Тема 2. Методика обучения технике основных приемов

Тема 3. Методика обучения тактическим действиям в игровой ситуации

Тема 4. Методика судейства соревнований

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА

Номер раздела, темы	Название раздела, темы, занятия; перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов								Материальное обеспечение занятия	Литература	Контроль знаний
		Лекции				Практические занятия						
Курс		1	2	3	4	1	2	3	4			
1	Теоретические занятия	4	4	4	4							
1.1	Влияние занятий волейболом на организм человека	2								Презентация №1	[1] [2]	реферат
1.2	Правила соревнований и их содержание	2	2								[3]	
1.3	Техника и тактика игры в волейбол		2								[2],[4]	
1.4	Тренировочные нагрузки и контроль за ними по частоте сердечных сокращений			1							[1] [4]	
1.5	Правила организации и проведения самостоятельных занятий			1	2						[1]	
1.6	Правила, организация и проведение соревнований. Судейство соревнований			2	2						[1] [3],[4]	
2	Практические занятия					32	28	26	24			
2.1	Общая физическая подготовка					12	8	6	6	Методические рекомендации	[1],[2]	
2.2	Специальная подготовка					18	18	18	16	Методические рекомендации	[2],[3] [4]	
2.3	Оценка специальной физической и технической подготовки					2	2	2	2			
3	Методические занятия					4	8	10	12	Видеопособие		

3.1	Методика начального обучения					4	4				[1],[4]	
3.2	Методика обучения технике основных приемов						4	4			[4]	
3.3	Методика обучения тактическим действиям в игровой ситуации							6	4		[3] [4]	
3.4	Методика судейства соревнований								8		[1],[3]	
	Всего часов:	4	4	4	4	36	36	36	36			

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ РЕФЕРАТОВ

1. Специфические особенности игры в волейбол
2. Физические нагрузки, воздействующие на организм занимающихся
3. Влияние занятий волейболом на развитие мышечного аппарата, жизненно-необходимых качеств, на дыхательную и сердечно-сосудистую системы
4. Волейбол как средство укрепления здоровья, повышения физической подготовленности, воспитания моральных и волевых качеств
5. Техника игры. Технические приемы игры в нападении. Технические приемы игры в защите
6. Современный волейбол
7. Волейбол – активный досуг молодежи
8. Достижения белорусского волейбола

ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Ивановский В.Я. Уроки по волейболу в 10-м классе средней школы. / Методическая разработка. – Мн.: БГОИФК, 1991.
2. Ивановский В.Я. Уроки по волейболу в 11 классе средней школы. / Методическая разработка. – Мн.: БГОИФК, 1991.
3. Ткачук В.А. Методические рекомендации по построению учебного процесса по волейболу со студентами подготовительного отделения. – Мн.: МРИ, 1988.
4. Фурманов А.Г. Студенческий волейбол. – Мн.: Высшая школа, 1983.

**ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ
ПО ИЗУЧАЕМОЙ ДИСЦИПЛИНЕ С ДРУГИМИ
ДИСЦИПЛИНАМИ СПЕЦИАЛЬНОСТИ**

Название дисциплины, с которой требуется согласование	Название кафедры	Предложения об изменениях в содержании учебной программы по изучаемой учебной дисциплине	Решение, принятое кафедрой, разработавшей учебную программу (с указанием даты и номера протокола)

Заведующий кафедрой

П.Г.Сыманович

**ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЕ
ПО ИЗУЧАЕМОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ
НА _____ / _____ учебный год**

№ п/п	Дополнения и изменения	Основание

Учебная программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры «Физическая культура» протокол № _____ от «_____» _____ г.

Заведующий кафедрой
к.п.н., доцент

П.Г.Сыманович

УТВЕРЖДАЮ
Декан СТФ
к.п.н., доцент

И.В.Бельский