

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЛПУ»)

Институт физического воспитания и спорта
Кафедра спортивных дисциплин



УТВЕРЖДАЮ:

Директор института физического
воспитания и спорта

А.А. Губарев

«*А.А. Губарев*» 20.25 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Гандбол с методикой преподавания

По направлению подготовки – 49.03.01 Физическая культура

Профиль подготовки – Физическое образование

Квалификация выпускника – бакалавр

Форма обучения – очная, заочная

Курс – ОФО 2курс (3-4семестр); ЗФО 2курс (4 семестр)

Луганск, 2025

Рабочая программа учебной дисциплины «Гандбол с методикой преподавания» является частью вариативной образовательной программы для подготовки бакалавров по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (профиль «Физкультурное образование») очной и заочной форм обучения.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, (профиль «Физкультурное образование») утвержденным приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 19.09.2017 № 940 (с изменениями и дополнениями) и Профессиональным стандартом, утвержденным Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации «Об утверждении профессионального стандарта» от 18.10.2013 № 544н.


СОСТАВИТЕЛИ:

доцент кафедры спортивных дисциплин, кандидат педагогических наук, доцент
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования «Луганский государственный педагогический университет» Шкурин
Александр Иванович.

старший преподаватель кафедры спортивных дисциплин Федеральное
государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования «Луганский государственный педагогический университет» Дроздов
Дмитрий Вячеславович.

Утверждена на заседании кафедры спортивных дисциплин

Протокол от «27» 12 2024г. № 5

Заведующий кафедрой спортивных дисциплин  Шкурин А.И.


Одобрена на заседании учебно-методической комиссии

Института физического воспитания и спорта

Протокол от «14» 01 2025г. № 5

Председатель учебно-методической комиссии

Института физического воспитания и спорта

 Загной Т.В.

СОГЛАСОВАНО:

Директор Департамента образования

 В.В. Савенков

1. Цели и задачи учебной дисциплины

Цели изучения дисциплины – формирование профессиональных навыков и умений, необходимых будущим учителям, тренерам, преподавателям для успешного решения основных задач физического воспитания различного рода образовательных учреждений.

Задачи курса:

1. изучение истории развития гандбола, его места и значения в системе физического воспитания школьников;
2. изучение теории преподавания и методики проведения гандбола;
3. приобретение знаний, умений и навыков, необходимых для успешной подготовки и проведения гандбола в школе.

Учебная работа по курсу «Гандбол с методикой преподавания» осуществляется в форме лекций и практических занятий, учебной практики, самостоятельной работы.

На лекциях излагается программный материал по основам теории подвижных игр и методике их проведения, даются указания для более углубленного изучения курса.

На практических занятиях студенты знакомятся с техникой и тактикой игры в гандбол, предусмотренными школьной программой по физической культуре и на внеклассных занятиях, во внешкольных детских учреждениях, приобретают знания и навыки по методике его проведения.

Учебная практика предусматривает проведение студентами урока по физической культуре (раздел «Спортивные игры: Гандбол») в учебной группе с последующим анализом.

Студенты самостоятельно изучают рекомендованную литературу.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП.

Дисциплина «Гандбол с методикой преподавания» относится к базовой части учебного плана, шифр дисциплины Б1. О. 26

Профессиональная компетенция будущего учителя физической культуры обеспечивается лекционно-практическим курсом.

Основным результатом освоения дисциплины является сформированная готовность выпускника осуществлять педагогическую деятельность с использованием всего арсенала знаний и умений в области спортивных игр.

Занятия по дисциплине «Гандбол с методикой преподавания» предназначены для подготовки выпускника педагогического вуза к решению типовых задач профессиональной деятельности, соответствующих его квалификации и в соответствии с действующим Государственным образовательным стандартом.

Необходимыми условиями для освоения дисциплины являются:

знания:

- 1) особенности формирования двигательных навыков и развития физических качеств при занятиях спортивными играми;
- 2) методику занятий по спортивным играм с различными возрастными группами учащихся;
- 3) методику проведения спортивных игр на уроке и вне урока;
- 4) организацию и методику проведения научно-методической и научно-исследовательской работы по спортивным играм;
- 5) методику организации и проведения соревнований по спортивным играм;
- 6) возрастные и физиологические особенности учащихся младших, средних и старших классов.

Умения:

- 1) определять причины ошибок, возникших в ходе игры, уметь их прогнозировать и находить возможности их устранения;
- 2) формулировать конкретные задачи, планировать и проводить основные виды занятий по спортивным играм с различными группами учащихся.

Навыки:

- 1) в проведении профилактической работы по предупреждению травматизма при занятиях спортивными играми;
- 2) в организации и проведении научно-исследовательской и научно-методической работы по спортивным играм;
- 3) в применении методов педагогического и врачебного контроля при занятиях спортивными играми;
- 4) в оказании первой помощи при травмах на занятиях по спортивным играм.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижений	Результаты обучения по дисциплине
----------------	----------------------	-----------------------------------

Профессиональные

ОПК-1	ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса; - возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); - способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и др.; - способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в индивидуальном виде спорта. <p>2.1_Б.ОПК-1.Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной
-------	---	---

		<p>общеобразовательной программой;</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по индивидуальному виду спорта с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий. <p>3.1 Б.ОПК-1.Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке и др; - навыками планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки и др; - навыками планирования учебно-тренировочных занятий по индивидуальному виду спорта; - навыками составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; навыками планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации
ОПК-2	<p>ОПК-2</p> <p>Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная

		<p>ориентация», разницу между ними, неодномоментность и динамичность спортивной ориентации»;</p> <ul style="list-style-type: none"> - критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности (морфологические подходы, психодиагностические и личностно-ориентированные, спортивно-интегративные подходы); - особенности сведения воедино разнородных диагностических данных о спортивной предрасположенности; - особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса; - особенности планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного и образовательного процессов; - анатомо-физиологические и психологические особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности; - механические характеристики тела человека и его движений; - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - научно-методические основы спортивной ориентации и начального отбора в индивидуальном виде спорта; - особенности детей, одаренных в индивидуальном виде спорта; - методики массового и индивидуального отбора в индивидуальном виде спорта. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по
--	--	--

		<p>вопросам отбора и спортивной ориентации;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов; - определять анатомо-физиологические показатели физического развития человека; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств, занимающихся физической культурой и спортом; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых в процессе занятий физической культурой и спортом; - определять показатели и критерии начального отбора в индивидуальном виде спорта; - интерпретировать результаты тестирования в индивидуальном виде спорта; - использовать методики и средства оценки перспективности спортсмена в индивидуальном виде спорта по морфологическим и функциональным задаткам, его способности к эффективному спортивному совершенствованию; - использовать методики оценки уровня достаточной мотивации и психологической готовности для активного продолжения занятий индивидуальным видом спорта. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками проведения антропометрических измерений для оценки физического развития; - навыками проведения оценки функционального состояния человека; - навыками биомеханического анализа статических положений и движений человека; - навыками применения базовых методов и методик исследования
--	--	--

		<p>психических процессов, состояний и свойств у занимающихся и группы (команды) в сфере физической культуры и спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками обоснования подходов к отбору, спортивной ориентации в процессе занятий физической культурой и спортом, набору в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации; - навыками проведения тестирования подготовленности занимающихся индивидуальным видом спорта; - навыками определения наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования; <p>проведение набора и отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации.</p>
--	--	---

4. Структура и содержание учебной дисциплины

4.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов/зачетных единиц	
	Очная форма	Очно-заочная/ Заочная форма
Общая трудоемкость дисциплины	(4,0 зач. ед)	(4,0 зач. ед)
Обязательная аудиторная нагрузка (всего часов), в том числе:	48	16
Лекции	6	4
Семинарские занятия	–	–
Практические занятия	42	12
Лабораторные работы	-	–
Курсовая работа / курсовой проект	–	–
Другие формы организации учебного процесса (контрольные работы, индивидуальные занятия, консультации)	–	–

и др.)		
Самостоятельная работа студента (всего часов)	92	124
Контроль	4	4
Форма аттестации	Зачет	Зачет

4.2. Содержание разделов учебной дисциплины

Тема 1. Характеристика гандбола как вида спорта и средства физического воспитания.

- Зарождения и развития баскетбола в мире и Европе
- Зарождение и перспективы развития пляжного гандбола

Тема 2. Классификация и анализ техники гандбола.

- Анализ основных приемов техники игры
- Методика и средства обучения основных приемов техники игры.

Тема 3. Классификация и анализ тактики гандбола.

- Анализ основных приемов тактики игры

4.3. Лекции

№	Название темы	Объем часов Очная форма	Объем часов Заочная форма
1.	Характеристика гандбола как вида спорта и средства физического воспитания. Классификация и анализ техники гандбола	2	2
2.	Классификация и анализ тактики гандбола.	2	
3.	Обучение технике гандбола. Организационные основы гандбола.		2
4.	Обучение тактике гандбола. Правила соревнований по гандболу.	2	
Итого:		6	4

4.4. Практические (семинарские) занятия

№	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
1.	Техника перемещений: бег, остановки, повороты, прыжки.	4	2
2.	Техника владения мячом: ловля мяча одной и двумя руками на месте и в движении, передача мяча одной	4	2

	рукой сверху, сбоку, снизу на месте и в движении.		
3.	Ведение мяча на месте и в движении по прямой, с изменением скорости и направления движения. Броски мяча с опоры, в движении, после скрестного шага, в падении.	2	2
4.	Техника защиты: техника перемещений и противодействие владению мячом (перехват, блокирование, выбивание).	2	2
5.	Тактика нападения.	2	2
6.	Индивидуальные действия в нападении: уход, финты, применение передачи, броска, ведения.	2	2
7.	Групповые действия в нападении: параллельное и скрестное взаимодействие, заслоны.	2	
8.	Командные действия в нападении: стремительное и позиционное нападение.	2	
9.	Тактика защиты.	2	
10.	Индивидуальные действия: опека игрока, финты.	2	
11.	Групповые действия: переключение, подстраховка, проскальзывание, разбор.	2	
12.	Командные действия: личная, зонная, смешанная защита.	2	
13.	Средства обучения тактике игры и ее совершенствования. Подводящие упражнения, их роль в освоении тактики. Последовательность изучения тактики игры. Методы обучения тактике игры.	2	
14.	Игровая площадка. Мяч для игры. Время игры. Число игроков. Начальный, свободный, 7-метровый броски, бросок из-за боковой линии, бросок вратаря. Дисциплинарные наказания: предупреждение и удаление. Судьи и их взаимодействие.	2	
15.	Средства обучения тактике игры и ее совершенствования. Подводящие упражнения, их роль в освоении тактики. Последовательность изучения тактики игры. Методы обучения тактике игры.	2	
16.	Организация занятий гандболом во внеучебное время: формы внеклассной работы и внешкольной работы по гандболу.		

17.	Составление документации для проведения соревнований по гандболу. Проведение массовых соревнований по гандболу.	2	
18.	Оборудование и инвентарь для обучения технике и тактике игры и проведения соревнований по гандболу.	2	
19.	Планировка и разметка игровой площадки.	2	
20.	Планирование содержания и процесса обучения техническим приемам гандбола.	2	
Итого:		42	12

4.5. Лабораторные работы *не предусмотрены учебным планом.*

4.6. Самостоятельная работа студентов

№	Название темы	Вид СРС	Объем часов	
			Очная форма	Заочная форма
1.	Характеристика гандбола как вида спорта и средства физического воспитания.	оформление отчета	5	8
2.	Современные тенденции развития тактики нападения в гандболе.	оформление отчета	5	10
3.	Современные тенденции развития тактики защиты в гандболе.	оформление отчета	5	10
4.	Характеристика индивидуальных тактических действий в нападении и в защите.	оформление отчета	5	10
5.	Методика обучения индивидуальным тактическим действиям в нападении и в защите.	оформление отчета	5	10
6.	Характеристика групповых тактических действий в нападении и в защите.	оформление отчета	5	
7.	Методика обучения групповым тактическим действиям в нападении и в защите.	оформление отчета	5	10
8.	Характеристика командных тактических действий в нападении и в защите.	оформление отчета	5	10
9.	Методика обучения командным тактическим действиям в нападении и в защите.	оформление отчета	5	10

10.	Средства обучения тактике игры и ее совершенствования.	оформление отчета	5	10
11.	Методы обучения тактике игры.	оформление отчета	5	10
12.	Особенности методики обучения технике гандбола в различных возрастных группах.	оформление отчета	5	10
13.	Методика судейства соревнований по гандболу.	оформление отчета	5	2
14.	Проведение соревнований по гандболу в школе.	оформление отчета	5	2
15.	Характеристика техники перемещений в гандболе.	оформление отчета	5	2
16.	Характеристика техники игры вратаря.	оформление отчета	5	2
17.	Характеристика тактики игры вратаря.	оформление отчета		2
18.	Методика обучения вратаря технике ловли и задерживания мяча.	оформление отчета	5	2
19.	Организация и проведение соревнований по гандболу.	оформление отчета	5	2
20.	Отбор и прогнозирование способностей к занятиям гандболом.	оформление отчета	2	2
Итого:			92	124

4.7. Курсовые работы (не предусмотрены)

5. Методическое обеспечение, образовательные технологии

Педагогические технологии: игровые технологии, проблемное обучение, педагогика сотрудничества; технология индивидуализации обучения (И.Э.Унт, А.С. Границкая, В.Д. Шадриков); технология групповой деятельности (И.Б. Первин).

Личностно-ориентированные технологии: технология коллективной мыследеятельности; технология деловых игр; технология учебного проектирования; технология развития критического мышления учащихся (Дж. Стил, К. Мередит, Ч. Темпл).

Работа в команде: совместная работа студентов в группе при проведении учебной практики на практических занятиях по разделу «Спортивные игры на уроке физической культуры и во внеклассной работе»

6. Формы контроля освоения учебной дисциплины.

Текущая аттестация студентов производится в дискретные временные интервалы лектором и преподавателем, ведущим практические занятия по дисциплине в следующих формах:

- выполнение практических заданий;
- написание план- конспекта урока по физической культуре (раздел «Спортивные игры: Гандбол»);
- проведение учебной практики.
- выполнение нормативов.

Итоговый контроль по результатам освоения дисциплины проходит в форме зачета (включает в себя ответ на теоретические вопросы и выполнение нормативов).

7. Учебно-методическое и программно-информационное обеспечение дисциплины

а) основная литература:

1. Гандбол: Примерная программа для системы дополнительного образования детей: детско-юнош. спорт. шк., специализир. детско-юнош. шк. олимп. резерва/ Авт.-сост.: В.Я.Игнатьева, В.С.Максимов, И.В. Петрачева. – М.: Сов.спорт, 2003. – 115 с.
 2. Клусов Н.П. Ручной мяч в школе. – М.: Просвещение, 1987 – 173
 3. Ковалев В.Д. Спортивные игры. Учебник для пед. ин-тов – М.: Просвещение – 1992. – 262 с.
 4. Латышевич Л.А. Гандбол. – К.: Рад. Школа, 1989 – 89 с.
 5. Латышкевич Л.А., Турчин И.Е., Маневич Л.Р. Гандбол. – К.: Вища школа. – 1988, – 199 с.
 6. Спортивные игры: Техника, тактика обучения/ Под ред. Ю.Д.Железняк, Ю.М.Портнова. – М.: Academia, 2001. – 518 с. – (Высш.образование).
 7. Кириченко, В. Ф. Гандбол : учебное пособие / В. Ф. Кириченко, А. А. Гераськин, Б. П. Сокур. — Омск : СибГУФК, 2014. — 164 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/107578> (дата обращения: 19.05.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
- Евсюкова, К. М. Гандбол. Теория и практика : учебное пособие / К. М. Евсюкова. — Красноярск : СибГУ им. академика М. Ф. Решетнёва, 2021. — 94 с. — ISBN 978-5-86433-855-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/195112> (дата обращения: 19.05.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

б) дополнительная литература:

1. Игнатьева В.А. Тренировочные задания по специальной подготовке гандболистов: Метод. разраб. для студ., слушателей ВШТ и фак.повышения квалификации ГЦОЛИФКа/ В.А. Игнатьева, Н.М. Ганченко, И.Г. Шестаков. – М.: ч.1: Упражнения по физической и технической подготовке. – 1992. – 62 с.
2. Игнатьева В.Я. Гандбол/ В.Я.Игнатьева. – М.: Физкультура и спорт, 2001. – 190 с.: ил. – (Азбука спорта).
3. Игнатьева В.Я., Петрачева И.В. Многолетняя подготовка гандболистов в детско-юношеских спортивных школах: Методическое пособие. – М.: Советский спорт, 2004. – 216 с.
4. Правила игры в гандбол: (Официал. правила ИГФ). – М.: Б.и., 2001. – 90 с..
5. Рашпанидзе А.Л. Техника игры гандбольного вратаря – М.: ФИС, 1989 – 70 с.
6. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения: Учебник для ВУЗов / Ю. Железняк, Ю. Портнов, В. Савин, А. Лексаков; Под. Ред. Железняк Ю., Портнова Ю. – М.: Издат. центр «Академия», 2002 – 502 с.
7. Шестаков М.П. Гандбол: Такт. подготовка/ М.П.Шестаков, И.Г. Шестаков. – М.: СпортАкадемПресс, 2001. – 129 с. – (Методика спорт. тренировки).

Ализар, Т. А. Рабочая тетрадь. Теория и методика избранного вида спорта: гандбол (1 курс) : учебное пособие / Т. А. Ализар. — Волгоград : ВГАФК, 2020. — 47 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/173433> (дата обращения: 19.05.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

в) Интернет-ресурсы:

1. <https://e.lanbook.com>.
2. <https://www.iprbookshop.ru/>

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Для качественной организации учебного процесса по дисциплине кафедра располагает:

- гандбольными мячами – 12 штук;
- манишками для проведения двусторонних игр – 10 штук;
- игровым спортивным залом;
- гандбольной площадкой с асфальтовым покрытием;
- учебной аудиторией на 50 посадочных мест.

9. Лист дополнений и изменений

№ п/п	Дата внесения изменения / дополнения	Основание	Содержание изменения / дополнения	Лица, подтверждающие изменение / дополнение	
				Заведующий	Директор / декан

[illegible]