

**ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИННОВАЦИОННЫЙ КОЛЛЕДЖ»**

РАССМОТРЕНО:

На заседании методического совета
Протокол № 4 от 30.04.2026

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ПОАНО «НИК»

И.Б. Байсонгуров
Приказ № 134/1 от 08.05.2026

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.12 Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности

специальность
49.02.03 Спорт

Форма обучения: **очная**
Год начала подготовки: **2026**

Махачкала 2026

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 49.02.03 Спорт, утвержденного приказом Минпросвещения России от 21 апреля 2021 г. № 193.

Организация-разработчик: ПОАНО «Национальный инновационный колледж».

1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины.

1.1.Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.12 «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности» является частью образовательной программы подготовки специалистов по специальности СПО 49.02.03 «Спорт».

Рабочая программа составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования специальности 49.02.03 «Спорт» и учебным планом подготовки специалистов по специальности 49.02.03 «Спорт».

1.2.Место учебной дисциплины

Учебная дисциплина ОП.12 «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности» входит в обязательную часть общепрофессионального цикла дисциплин учебного плана основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.03 Спорт.

Учебная дисциплина ОП.12 «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности» обеспечивает формирование профессиональных и общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС по специальности 49.02.03 «Спорт» и обеспечивает продолжение формирования знаний и умений студентов, получаемых в ходе изучения дисциплин: «Анатомия», «Педагогика», «Гимнастика», «Подвижные игры», необходимых для подготовки специалиста.

Изучение дисциплины ОП.12 «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности» позволит подготовиться к усвоению последующих дисциплин: «Основы биомеханики», «Основы врачебного контроля, лечебная физическая культура и массаж»,

«Теория и история физической культуры и спорта», «Теория и методика избранного вида спорта», «Гигиенические основы физической культуры и спорта», «Плавание», профессиональных модулей: ПМ.01 «Организация и проведение спортивной подготовки и судейства спортивных соревнований в избранном виде спорта», ПМ.02 «Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта», ПМ.03 «Методическое обеспечение спортивной подготовки и дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта» в процессе изучения междисциплинарных курсов: МДК.01.01 «Осуществление спортивной подготовки в избранном виде спорта», МДК.02.01 «Методика преподавания по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта», МДК.03.01 «Теоретические и прикладные аспекты методической работы в области физической культуры и спорта», подготовки к демонстрационному экзамену.

Форма промежуточной аттестации – дифференцированные зачеты.

1.3.Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

Целью изучения курса является формирование систематизированных знаний в области базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.

Задачами изучения курса является:

- формирование у студентов систематизированных знаний, умений по важнейшим вопросам теории базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;
- формирование у студентов формировать знания и умения в преподавании базовых и новых видов спорта;
- освоение технологии профессиональной деятельности педагога физической культуры на основе специфики базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.

В процессе изучения дисциплины ОП.12 «Базовые и новые виды физкультурно- спортивной деятельности» студент овладевает следующими:

общими компетенциями:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам;

ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;

ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения;

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;

ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.

профессиональными компетенциями:

ПК 1.1. Планировать тренировочный процесс с занимающимися в избранном виде спорта;

ПК 1.2. Проводить тренировочные занятия с занимающимися по основным разделам спортивной подготовки в избранном виде спорта;

ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль и учёт, оценивать процесс и результаты деятельности занимающихся на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях;

ПК 1.4. Анализировать тренировочный процесс и соревновательную деятельность занимающихся в избранном виде спорта;

ПК 2.1. Планировать учебные занятия по дополнительным общеобразовательным программам;

ПК 2.3. Организовывать досуговую деятельность обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы;

ПК 2.5. Проводить мероприятия по обеспечению безопасности и профилактике травматизма;

ПК 3.4. Оформлять методические материалы, в том числе с использованием информационных технологий.

1.4 Умения и знания, приобретаемые в ходе обучения:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен:

Уметь:

- выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности
- использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности
- применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений
- использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации
- проводить тренировочные занятия по базовым и новым видам физкультурно- спортивной деятельности

Знать:

- технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности
- основы судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности
- терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности
- технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно- спортивной деятельности, приемы, способы страховки и самостраховки
- методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно- спортивной деятельности

Навыки:

- применения знаний о базовых и новых видах физкультурно-спортивной деятельности для решения профессиональных задач.

2. Структура и содержание учебной дисциплины

2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	106
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	96
в том числе:	

лекционные занятия	28
практические занятия	68
Самостоятельная работа обучающегося, в том числе консультации	10
Промежуточная аттестация в форме дифференцированных зачетов	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Осваиваемые компетенции
1	2	3	4
Раздел 1. Новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания			
Тема 1.1 Основы техники выполнения упражнений оздоровительной аэробики	Лекционные занятия Содержание учебного материала: Аэробика как средство физического воспитания. История развития аэробики. Виды аэробики. Классификация аэробики. Основные методы, используемые при проведении занятий аэробикой.	6	ОК 01 - ОК 06, ОК 08, ОК 09; ПК 1.1-ПК 1.4, ПК 2.1, ПК 2.3; ПК 2.5; ПК 3.4
	Практическое занятие	12	ОК 01 - ОК 06, ОК 08, ОК 09; ПК 1.1-ПК 1.4, ПК 2.1, ПК 2.3; ПК 2.5; ПК 3.4
	Самостоятельная работа	2	
Тема 1.2. Основы техники выполнения упражнений калланетики	Лекционные занятия Содержание учебного материала: История возникновения и развития калланетики. Виды упражнений калланетики. Показания и противопоказания к занятиям калланетикой.	2	ОК 01 - ОК 06, ОК 08, ОК 09; ПК 1.1-ПК 1.4, ПК 2.1, ПК 2.3; ПК 2.5; ПК 3.4
	Практическое занятие	4	ОК 01 - ОК 06, ОК 08, ОК 09; ПК 1.1-ПК 1.4, ПК 2.1, ПК 2.3; ПК 2.5; ПК 3.4
	Самостоятельная работа	1	
Тема 1.3. Основы техники	Лекционные занятия Содержание учебного материала:	6	ОК 01 - ОК 06, ОК 08, ОК

выполнения упражнений атлетической гимнастике	в	Понятие об атлетической гимнастике. История возникновения и развития атлетической гимнастики. Физические упражнения как средства атлетической гимнастики. Техника выполнения базовых упражнений. Использование различных тренажеров и приспособлений в процессе тренировок. Периодизация тренировочного процесса. Тренировочные программы.		09; ПК 1.1-ПК 1.4, ПК 2.1, ПК 2.3; ПК 2.5; ПК 3.4
		Практическое занятие	10	ОК 01 - ОК 06, ОК 08, ОК 09; ПК 1.1-ПК 1.4, ПК 2.1, ПК 2.3; ПК 2.5; ПК 3.4
		Самостоятельная работа	2	
Раздел 2. Основы техники волейбола				
Тема Волейбол системе физического воспитания спорта	2.1	Лекционные занятия Содержание учебного материала: История возникновения и развития волейбола. Основные понятия и термины в теории и методике волейбола. Требования федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта волейбол. Педагогические требования к организации и проведению занятий по волейболу с различными возрастными группами занимающихся. Материально-техническое обеспечение учебного и тренировочного процессов. Виды, задачи, средства и методы физической подготовки волейболиста. Принципы построения и проведения соревнований.	2	ОК 01 - ОК 06, ОК 08, ОК 09; ПК 1.1-ПК 1.4, ПК 2.1, ПК 2.3; ПК 2.5; ПК 3.4
			Практическое занятие	

			ПК 2.3; ПК 2.5; ПК 3.4
Тема 2.2 Методика обучения техническим приёмам игры стойки, перемещения, остановки, передачи мяча	Лекционные занятия Содержание учебного материала: Методика обучения техническим приёмам в волейболе без мяча стартовым стойкам: устойчивая, основная, неустойчивая, высокая, средняя, низкая. Методика обучения технике перемещений: ходьба, бег, прыжки, падения, и остановок: в шаге, двойным шагом, скачком прыжком, скольжением. Методика обучения передачам мяча сверху двумя руками, в прыжке сверху двумя руками. Методика обучения технике передач мяча снизу двумя руками, длинной, короткой, укороченной, высокой. Методика совершенствования технических приёмам игры без мяча стойки, перемещения, остановки. Методика совершенствования передач мяча сверху и снизу двумя руками.	2	ОК 01 - ОК 06, ОК 08, ОК 09; ПК 1.1-ПК 1.4, ПК 2.1, ПК 2.3; ПК 2.5; ПК 3.4
	Практическое занятие	8	ОК 01 - ОК 06, ОК 08, ОК 09; ПК 1.1-ПК 1.4, ПК 2.1, ПК 2.3; ПК 2.5; ПК 3.4
	Самостоятельная работа	1	
Тема 2.3 Основы техники и методики обучения подач и атакующего удара	Лекционные занятия Содержание учебного материала: Методика обучения подач и атакующего удара. Техника подачи мяча, подбрасывания, замаха и удара. Имитация подачи. Техника нижней прямой, боковой и верхней прямой подачи, в прыжке с разбега. Техника разбега, имитации атакующего удара. Техника прямого, бокового, ускоренного атакующих ударов.	2	ОК 01 - ОК 06, ОК 08, ОК 09; ПК 1.1-ПК 1.4, ПК 2.1, ПК 2.3; ПК 2.5; ПК 3.4
	Практическое занятие	8	ОК 01 - ОК 06, ОК 08, ОК

			09; ПК 1.1-ПК 1.4, ПК 2.1, ПК 2.3; ПК 2.5; ПК 3.4
Тема 2.4 Основы техники и методики обучения игры в защите перемещения, прием мяча и блокирование удара	Лекционные занятия	2	ОК 01 - ОК 06, ОК 08, ОК 09; ПК 1.1-ПК 1.4, ПК 2.1, ПК 2.3; ПК 2.5; ПК 3.4
	Содержание учебного материала:		
	Техника и методика обучения игры в защите, приема и блокировании ударов. Техника защиты, основной стойки (исходное положение), перемещения лицом, боком, спиной. Техника приема мяча сверху двумя руками, с падением на спину, с падением на бедро и спину. Техника приема мяча снизу двумя руками, одной рукой, с падением на грудь. Техника блокирования, выбора места и времени для прыжка и постановки рук над сеткой.		
	Практическое занятие	6	ОК 01 - ОК 06, ОК 08, ОК 09; ПК 1.1-ПК 1.4, ПК 2.1, ПК 2.3; ПК 2.5; ПК 3.4
Раздел 3. Основы техники футбола			
Тема 3.1 Футбол как вид спортивной деятельности	Лекционные занятия	2	ОК 01 - ОК 06, ОК 08, ОК 09; ПК 1.1-ПК 1.4, ПК 2.1, ПК 2.3; ПК 2.5; ПК 3.4
	Содержание учебного материала:		
	История и этапы возникновения футбола. Основные термины и понятия футбола. Правила игры, эволюция правил игры. Организация и проведение занятий по футболу.		
	Практическое занятие	2	
	Самостоятельная работа	1	ОК 01 - ОК 06, ОК 08, ОК 09; ПК 1.1-ПК 1.4, ПК 2.1, ПК 2.3; ПК 2.5; ПК 3.4
Тема 3.2 Техника	Лекционные занятия	2	ОК 01 - ОК 06, ОК 08, ОК 09; ПК 1.1-ПК 1.4, ПК 2.1, ПК 2.3; ПК 2.5; ПК 3.4
	Содержание учебного материала:		

методика обучения способам передвижения и владения мячом	Классификация техники. Обучение технике приемов передвижения. Изучение разновидностей ударов по мячу ногой. Изучение разновидностей ударов по мячу головой. Изучение разновидностей остановки мяча ногой, туловищем и головой. Ведение мяча ногой. Изучение приемов и способов обманных движений (финтов).		09; ПК 1.1-ПК 1.4, ПК 2.1, ПК 2.3; ПК 2.5; ПК 3.4
	Практическое занятие	8	ОК 01 - ОК 06, ОК 08, ОК 09; ПК 1.1-ПК 1.4, ПК 2.1, ПК 2.3; ПК 2.5; ПК 3.4
	Самостоятельная работа	1	
Тема 3.3 Обучение тактики игры в футбол	Лекционные занятия	2	ОК 01 - ОК 06, ОК 08, ОК 09; ПК 1.1-ПК 1.4, ПК 2.1, ПК 2.3; ПК 2.5; ПК 3.4
	Содержание учебного материала: Общие понятия и классификация тактики. Применение командных, групповых и индивидуальных действий в игре. Техника и методика обучения передачи – приёма мяча.		
	Практическое занятие	8	ОК 01 - ОК 06, ОК 08, ОК 09; ПК 1.1-ПК 1.4, ПК 2.1, ПК 2.3; ПК 2.5; ПК 3.4
	Самостоятельная работа	1	ОК 01 - ОК 06, ОК 08, ОК 09; ПК 1.1-ПК 1.4, ПК 2.1, ПК 2.3; ПК 2.5; ПК 3.4
Лекционные занятия		28	
Практические занятия		68	
Самостоятельная работа обучающихся		10	
Консультации			
Промежуточная аттестация в форме дифференцированных зачетов (2 и 3 семестр)			

Всего:	106
Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения: 1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств); 2. –репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством); 3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).	

3. Условия реализации рабочей программы учебной дисциплины

3.1 Требования к материально-техническому обеспечению учебного процесса

Кабинеты «Общепрофессиональных дисциплин и профессиональных модулей»

№	Наименование	Тип
1	столы аудиторные, стулья аудиторные	Мебель
2	стол преподавателя, стул преподавателя	Мебель
3	компьютер с программным обеспечением для преподавателя (системный блок, монитор, клавиатура, мышь)	ТС
4	экран (доска)	ТС
5	мультимедиапроектор	ТС

Кабинет «Самостоятельной и воспитательной работы»

№	Наименование	Тип
1	столы аудиторные, стулья аудиторные	Мебель
2	стол преподавателя, стул преподавателя	Мебель
3	МФУ	Оборудование
4	компьютер с программным обеспечением для преподавателя (системный блок, монитор, клавиатура, мышь) с выходом в Интернет	ТС
5	экран (доска)	ТС
6	мультимедиапроектор	ТС
7	комплект методических материалов	УМК

3.2. Информационное обеспечение обучения:

Основная литература:

1. Ширинян, А. А. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности. Практикум по спортивному ориентированию : учебное пособие для спо / А. А. Ширинян. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 48 с. — ISBN 978-5-507-44940-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/276638>

2. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности: баскетбол : учебное пособие для спо / В. П. Овчинников, А. М. Фокин, Л. Н. Шелкова [и др.]. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 180 с. — ISBN 978-5-507-45116-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/284141>

3. Яковлева, В. Н. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности: подвижные и спортивные игры : учебное пособие для спо / В. Н. Яковлева. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 128 с. — ISBN 978-5-507-45259-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/292931>

3.3. Перечень лицензионного учебного программного обеспечения

Наименование программного обеспечения	Назначение
Adobe Reader	Программа для просмотра электронных документов
Yandex https://ya.ru	Браузер
OpenOffice	Программное обеспечение для работы с электронными документами
7-zip	Архиватор

4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Уметь: - выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности - использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности - применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений - использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации - проводить тренировочные занятия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности Знать:	Текущий контроль: тестовое задание устный опрос аналитическое задание Промежуточная аттестация: дифференцированный зачет

- технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности - основы судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности - терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности - технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и само страховки - методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности

Навыки:

- применения знаний о базовых и новых видах физкультурно-спортивной деятельности для решения профессиональных задач.
--

5. Адаптация рабочей программы при обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья

В случае необходимости, обучающимся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья (по заявлению обучающегося) могут предлагаться одни из следующих вариантов восприятия информации с учетом их индивидуальных психофизических особенностей, в том числе с применением электронного обучения и дистанционных технологий:

- для лиц с нарушениями зрения: в печатной форме увеличенным шрифтом; в форме электронного документа; в форме аудиофайла (перевод учебных материалов в аудиоформат); в печатной форме на языке Брайля; индивидуальные консультации с привлечением тифлосурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации.

- для лиц с нарушениями слуха: в печатной форме; в форме электронного документа; видеоматериалы с субтитрами; индивидуальные консультации с привлечением сурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации.

- для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в печатной форме; в форме электронного документа; в форме аудиофайла; индивидуальные задания и консультации.

6. Перечень вопросов для проведения промежуточной аттестации

Вопросы по аэробике, калланетике, атлетической гимнастике:

1. Содержание основных понятий: «системы», «технологии», «оздоровительные системы»,

«оздоровительные технологии», «физкультурно-оздоровительные технологии», «система оздоровительных занятий».

2. Современные оздоровительные системы и оздоровительные технологии (классификация и общие принципы их построения).
3. История развития аэробики.
4. Классификация и виды аэробики.
5. Место и роль аэробики в физическом воспитании дошкольников, школьников, молодёжи и лиц пожилого возраста.
6. Оздоровительная и спортивная аэробика. Рекреационные и развивающие возможности.
7. Современные виды фитнеса: проблемы и пути развития. Фитнес-аэробика – как вид спорта.
8. Структура урока по аэробике.
9. Этапы составления уроков по аэробике. Требования к музыкальному сопровождению.
10. Методы определения реакции на нагрузку. Противопоказания к занятиям аэробикой.
11. Структура урока танцевальной аэробики.
12. Основные принципы танцевальной аэробики.
13. Фазы занятий.
14. Фитбол-аэробика (особенности методики проведения занятий).
15. Структура фитбол - урока по аэробике.
16. Силовые упражнения в фитбол-аэробике.
17. Статодинамические упражнения на фитболах.
18. Структура и содержание степ – урока по аэробике.
19. Методика проведения занятий степ-аэробикой.
20. Основные правила работы на степ-платформе.
21. Структура и содержание занятий.
22. Основные направления силовой аэробики.
23. Основные методы силового тренинга.
24. Противопоказания к занятиям силовой аэробикой.
25. Характеристика системы пилатес.
26. Структура и содержание занятия.
27. Основные принципы системы пилатес.
28. Стретчинг – основные упражнения.
29. Виды стретчинга.
30. Правила занятий стретчингом.
31. Калланетик - аэробика (особенности методики проведения занятий).
32. Структура и содержание урока калланетик.
33. Правила выполнения основных движений.
34. Педагогические задачи, решаемые в оздоровительной тренировке.
35. Характер физических упражнений для различных возрастных групп занимающихся.
36. Возможности сочетания физических упражнений с характером музыки.

Вопросы по волейболу:

1. История возникновения и развития волейбола.

2. Общая физическая подготовка в волейболе.
3. Специальная физическая подготовка в волейболе.
4. Морфологические особенности и функциональные возможности организма волейболистов.
5. Физические качества в волейболе.
6. Психологические качества и свойства личности волейболистов.
7. Виды подготовки в волейболе.
8. Техническая подготовка.
9. Тактическая подготовка.
10. Теоретическая подготовка.
11. Психологическая подготовка.
12. Интегральная подготовка.
13. Система подготовки волейболистов. Структура, цели, прогнозирование и моделирование.
14. Подготовка волейболистов к соревнованиям. Виды подготовки. Особенности спортивной тренировки в волейболе.
15. Средства и методы тренировки.
16. Принципы и закономерности спортивной тренировки.
17. Структура тренировочного занятия. Управление процессом спортивной тренировки.
18. Особенности подготовки волейболистов различной квалификации.
19. Подготовка юных волейболистов. Этапы отбора и набора.
20. Основы планирования тренировочной работы. Периодизация спортивной тренировки.

Вопросы по футболу:

1. История возникновения и развития футбола.
2. Общая физическая подготовка в футболе.
3. Специальная физическая подготовка в футболе.
4. Морфологические особенности и функциональные возможности организма футболистов.
5. Физические качества в футболе.
6. Психологические качества и свойства личности футболистов.
7. Виды подготовки в футболе.
8. Техническая подготовка.
9. Тактическая подготовка.
10. Теоретическая подготовка.
11. Психологическая подготовка.
12. Интегральная подготовка.
13. Система подготовки футболистов. Структура, цели, прогнозирование и моделирование.
14. Подготовка футболистов к соревнованиям. Виды подготовки. Особенности спортивной тренировки в футболе.
15. Средства и методы тренировки.
16. Принципы и закономерности спортивной тренировки.
17. Структура тренировочного занятия. Управление процессом

спортивной тренировки.

18. Особенности подготовки футболистов различной квалификации.

19. Подготовка юных футболистов. Этапы отбора и набора.

20. Основы планирования тренировочной работы. Периодизация спортивной тренировки.