

Донбаська державна машинобудівна академія

кафедра фізичного виховання і спорту

Затверджую:

Декан факультету інтегрованих  
технологій і обладнання

 О. Г. Гринь

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 р.

Гарант освітньо-професійної програми,  
к.н.ф.в.с, доцент

 С.О. Черненко

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 р.

Розглянуто і схвалено на засіданні  
кафедри фізичного виховання і спорту  
Протокол № 17 від 02.05.2023 р.

В.о. завідувача кафедри

 С.О. Черненко

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 р.

### **Робоча програма навчальної дисципліни**

### **«Теорія і методика викладання гандболу»**

галузь знань 01 Освіта / Педагогіка

спеціальність 017 Фізична культура і спорт

ОПП Фізична культура і спорт

Освітній рівень перший (бакалаврський)

Факультет інтегрованих технологій і обладнання

Розробник: Сорокін Ю. С. старший викладач кафедри фізичного виховання  
і спорту

Краматорськ-Тернопіль  
2023 р.

## 1. Опис навчальної дисципліни

Показники			Галузь знань, напрямок підготовки, освітньо- кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни		
денна на базі ПЗСО	денна на базі ОКР «Молодший бакалавр» 2 роки	денна на базі ОКР «Молодши й бакалавр» 3 роки		денна на базі ПЗСО	денна на базі ОКР «Молодший бакалавр» 2 роки	денна на базі ОКР «Молодш ий бакалавр » 3 роки
Кількість кредитів			ОПП (ОНП)  Фізична культура і спорт	Вибіркова		
5	5	5				
Загальна кількість годин						
150	150	150				
Модулів – 1			Професійна кваліфікація: бакалавр з фізичної культури і спорту	Рік підготовки		
Змістових модулів – 1				3	1	2
Індивідуальне навчально-дослідне завдання – підготовка реферату.				Семестр		
				6а	2а	4а
Тижневих годин для <u>денної</u> форми навчання: аудиторних – 4/4 самостійної роботи студента – 6/6			Освітньо- кваліфікаційний рівень: перший (бакалаврський)	Лекції		
				12	12	12
				Практичні/Лабораторні		
				60	60	60
				Самостійна робота		
				78	78	78
			Вид контролю			
			Залік	Залік	Залік	

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить для денної форми навчання - 4/6 ( 4 / 6 прискор).

## 2. Загальні відомості, мета і завдання дисципліни.

Програма вивчення навчальної дисципліни «Теорія і методика викладання гандболу» складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки бакалаврів за спеціальністю 017 «Фізична культура та спорт».

Предметом вивчення навчальної дисципліни є оволодіння професійно-педагогічними, технічними та тактичними навичками й уміннями, необхідними для проведення занять, організацію змагань з гандболу.

Міждисциплінарні зв'язки: теорія і методика викладання легкої атлетики, теорія і методика викладання гімнастики, теорія і методика викладання спортивних ігор, теорія і методика викладання рухливих ігор, теорія та методика фізичного виховання, анатомія людини, фізіологія людини, олімпійський і професійний спорт

**Метою дисципліни є:** формування у здобувачів знань і вмінь вивчення історії, теорії і методики викладання гандболу, оволодіння технічними прийомами і тактичними діями гри в гандбол, набуття необхідних знань, вмінь і навичок для самостійної педагогічної і організаційної роботи в різних ланках фізкультурно-спортивної діяльності.

**Завдання дисципліни:**

- сформувати знання про історію розвитку гандболу;
- опанувати необхідні знання та практичні вміння у виконанні технічних прийомів і тактичних дій у гандболі;
- навчити студентів методично та грамотно навчати технічним прийомам і тактичним діям у гандбол;
- опанувати знання про правила гри в гандбол та вміння судити гру;
- ознайомити з організацією та проведенням змагань з гандболу.

За підсумками вивчення дисципліни студент повинен **знати:**

- значення та місце спортивних ігор у системі фізичного виховання і спортивної підготовки;
- загальну характеристику спортивних ігор;
- історію розвитку гандболу у світі та Україні;
- класифікацію техніки і тактики гандболу;
- методику навчання техніки і тактики гри у гандбол;
- заходи попередження травматизму на заняттях зі спортивних ігор;
- форми та методи контролю та самоконтролю на заняттях зі спортивних ігор;
- особливості проведення занять з гандболу з дітьми та підлітками;
- функціональні обов'язки тренера та викладача з фізичного виховання;
- вимоги до місць занять, обладнання та інвентарю при проведенні занять зі спортивних ігор;
- методику побудови конспектів занять з гандболу;
- вимоги до інтенсивності та величини навантажень на заняттях з гандболу;
- основні правила гри, жести суддів під час гри, організацію та методику проведення змагань з гандболу.

**вміти:**

- правильно показати виконання основних технічних прийомів і тактичних дій гри;
- методично грамотно провести навчання основних тактичних дій гри;
- організувати та проводити, як окремі частини навчальних та тренувальних занять так і все заняття в цілому;
- виконувати обов'язки судді, складати конспекти занять зі спортивних ігор;
- планувати і проводити заходи щодо профілактики травматизму і надавати першу медичну допомогу;
- визначати причини помилок і знаходити методику їх усунення в процесі освоєння рухових дій і розвитку фізичних якостей;

- здійснювати контроль і самоконтроль за самопочуттям, фізичним і психічним станом тих, що займаються.

Програмні компетентності:

**Загальні компетентності (ЗК):**

- здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями;
- здатність працювати в команді;
- навички міжособистісної взаємодії;
- здатність бути критичним і самокритичним.

**Фахові компетентності спеціальності (ФКС):**

- здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях;
- здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів;
- здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.

**Програмні результати навчання (ПРН):**

- засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег;
- здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань;
- аналізувати процеси становлення та розвитку різних напрямів спорту, олімпійського руху та олімпійської освіти на міжнародному та національному рівнях;
- надавати долікарську медичну допомогу при невідкладних станах та патологічних процесах в організмі людини;
- знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини.

### 3. Програма та структура навчальної дисципліни

#### Денна форма навчання на базі ПЗСО, ОКР «Молодший бакалавр»

Вид навчальних занять або контролю	Розподіл між учбовими тижнями														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Лекції	2	2	2	2	2	2									
Практ. роботи	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
Лаб. роботи															
Сам. робота	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	4	4	4	4	4
Консультації															
Модулі	Зм.МІ														
Контроль по модулю				к										к	

#### 4.

#### Лекції.

Тема 1.1. Історія виникнення і розвиток гандболу у світі та Україні.

Зміст теми: Історія та розвиток гандболу у світі, міжнародна федерація гандболу (FIVB), історія та розвиток гандболу в Україні, сучасний стан українського гандболу, тенденції розвитку світового гандболу.

Література: [5; 7; 10; 21].

Тема 1.2. Основи техніки гри в гандбол.

Зміст теми: загальні положення техніки гри, техніка гри у гандбол, техніка гри у нападі, техніка гри у захисті.

Література: [5; 7; 10; 23-26].

Тема 1.3. Основи тактики гри в гандбол.

Зміст теми: загальні положення техніки гри, тактика гри у гандболі, тактика гри у нападі, тактика гри у захисті.

Література: [5; 7-8; 10; 23-26].

Тема 1.4. Організація проведення змагань, методика суддівства та короткий зміст правил гри.

Зміст теми: значення та види змагань, організація та планування змагань, суддівство змагань, судді, їх обов'язки офіційні жести та сигнали.

Література: [5-7; 10; 23-26].

#### 5. Практичні заняття.

Мета проведення практичних (семінарських) занять – є формування системи фундаментальних знань, що визначають професійну діяльність в галузі фізичного виховання;

Внаслідок практичних занять студенти повинні знати:

- значення та місце спортивних ігор у системі фізичного виховання і спортивної підготовки;

- загальну характеристику спортивних ігор;
  - історію розвитку гандболу у світі та Україні;
  - класифікацію техніки і тактики гандболу;
  - методику навчання техніки і тактики гри у гандбол;
  - заходи попередження травматизму на заняттях зі спортивних ігор;
  - форми та методи контролю та самоконтролю на заняттях зі спортивних ігор;
  - особливості проведення занять з гандболу з дітьми та підлітками;
  - функціональні обов'язки тренера та викладача з фізичного виховання;
- вимоги до місць занять, обладнання та інвентарю при проведенні занять зі спортивних ігор;
- методику побудови конспектів занять з гандболу;
  - вимоги до інтенсивності та величини навантажень на заняттях з гандболу;
  - основні правила гри, жести суддів під час гри, організацію та методику проведення змагань з ігрових видів спорту.
- вміти:
- правильно показати виконання основних технічних прийомів і тактичних дій гри;
  - методично-грамотно провести навчання основних тактичних дій гри;
  - організувати та проводити, як окремі частини навчальних та тренувальних занять так і все заняття в цілому;
  - виконувати обов'язки судді, складати конспекти занять зі спортивних ігор;
  - планувати і проводити заходи щодо профілактики травматизму і надавати першу медичну допомогу;
  - визначати причини помилок і знаходити методику їх усунення в процесі освоєння рухових дій і розвитку фізичних якостей;
  - здійснювати контроль і самоконтроль за самопочуттям, фізичним і психічним станом тих, що займаються.

**Практичне заняття № 1. Тема 1.1.** Вивчення стійок та переміщення у гандболі, розвиток СФП швидкості, спритності, координації.

**Мета заняття:** закріпити теоретичні знання, отримані в результаті вивчення лекційного матеріалу, перевірити та поглибити знання студентів, ознайомити з технікою пересування, стійок та переміщень у гандболі.

**Задачі та зміст роботи:**

1. Методика вивчення стійок та переміщення у гандболі.
2. Загально-розвиваючі вправи, спеціально фізична підготовка гандболіста.
3. Розвиток швидкості, спритності та координації.

Література: [1; 3; 12-14].

**Практичне заняття № 2. Тема 1.2.** Вдосконалення переміщення, розвиток СФП швидкісно-силових якостей, витривалості, гнучкості.

**Мета заняття:** закріпити теоретичні знання, отримані в результаті вивчення лекційного матеріалу, перевірити та поглибити знання студентів, вдосконалити техніку пересування, стійок та переміщень у гандболі.

**Задачі та зміст роботи:**

1. Вдосконалення пересування, стійок та переміщень у гандболі.
2. Загально-розвиваючі вправи у русі, спеціально-фізична підготовка гандболіста.
3. Розвиток швидко-силових якостей, гнучкості та витривалості.

Література: [14-16].

**Практичне заняття № 3. Тема 1.3.** Методика навчання передачі м'яча однією рукою зверху. Вдосконалення переміщення гравця по майданчику.

**Мета заняття:** закріпити теоретичні знання, отримані в результаті теоретичного вивчення матеріалу дисципліни, практичні поради при навчанні техніки виконання передачі м'яча однією рукою. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

**Задачі та зміст роботи:**

1. Вдосконалення пересування, стійок та переміщень у гандболі.
2. Загально-розвиваючі вправи у русі, спеціально-фізична підготовка гандболіста.
3. Методика навчання передачі м'яча однією рукою зверху.

Література: [14-18].

**Практичне заняття № 4. Тема 1.4.** Вдосконалення передачі м'яча однією рукою зверху. Методика навчання передачі м'яча однією рукою збоку та знизу.

**Мета заняття:** закріпити теоретичні знання, отримані в результаті теоретичного вивчення матеріалу дисципліни, практичні поради при навчанні техніки виконання передачі м'яча однією рукою. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

**Задачі та зміст роботи:**

1. Методика навчання передачі м'яча однією рукою збоку та знизу.
2. Загально-розвиваючі вправи з гандбольним м'ячем, спеціально-фізична підготовка гандболіста.
3. Вдосконалення верхньої передачі м'яча у гандболі.

Література: [2; 4; 7; 9].

**Практичне заняття № 5. Тема 1.5.** Вдосконалення передачі м'яча однією рукою зверху, збоку та знизу в парах, трійках. Рухлива гра «Віддай м'яч партнеру».

**Мета заняття:** закріпити теоретичні знання, отримані в результаті теоретичного вивчення матеріалу дисципліни, практичні поради при навчанні техніки виконання передачі м'яча однією рукою. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

**Задачі та зміст роботи:**

1. Загально-розвиваючі вправи з гандбольним м'ячем, спеціально-фізична підготовка гандболіста.
  2. Вдосконалення передачі м'яча однією рукою зверху, збоку та знизу.
  3. Розвиток спритності, координації.
- Література: [2; 4; 7; 9; 11].

**Практичне заняття № 6. Тема 1.6.** Вдосконалення переміщень гравців по майданчику. Вдосконалення передачі м'яча у русі. Методика навчання потрійного кроку в гандболі. Естафети.

**Мета заняття:** закріпити теоретичні знання, отримані в результаті теоретичного вивчення матеріалу дисципліни, практичні поради при навчанні техніки виконання передачі м'яча, потрійного кроку. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

**Задачі та зміст роботи:**

1. Загально-розвиваючі вправи зі скакалкою, спеціально-фізична підготовка гандболіста.
  2. Вдосконалення техніки переміщення та передачі м'яча у русі.
  3. Методика навчання потрійного кроку.
  4. Розвиток спритності, координації.
- Література: [2; 4; 7; 9; 11; 19-20].

**Практичне заняття № 7. Тема 1.7.** Вдосконалення потрійного кроку та передачі м'яча зверху, збоку та знизу. Методика навчання передачі м'яча двома руками.

**Мета заняття:** закріпити теоретичні знання, отримані в результаті вивчення матеріалу дисципліни, практичні поради при навчанні техніки та тактики гри. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

**Задачі та зміст роботи:**

1. Загально-розвиваючі вправи у парах, спеціально-фізична підготовка гандболіста.
  2. Вдосконалення потрійного кроку та передачі м'яча зверху, збоку та знизу.
  3. Методика навчання передачі м'яча двома руками.
  4. Розвиток витривалості, швидкісно-силової підготовки.
- Література: [2-3; 5-11; 16-17].

**Практичне заняття № 8. Тема 1.8.** Сприяння розвитку спеціальної швидкості. Методика навчання ведення м'яча. Вдосконалення передачі м'яча двома руками, потрійного кроку.

**Мета заняття:** закріпити теоретичні знання, отримані в результаті вивчення матеріалу дисципліни, практичні поради при навчанні техніки та тактики гри. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.



**Задачі та зміст роботи:**

1. Загально-розвиваючі вправи у парах, спеціально-фізична підготовка гандболіста.

2. Методика навчання ведення м'яча.

3. Вдосконалення передачі м'яча двома руками, потрійного кроку.

4. Розвиток спеціальної швидкості.

Література: [2-3; 5-11; 16-17].

**Практичне заняття № 9. Тема 1.9.** Сприяння розвитку спеціальної витривалості. Методика навчання передачі м'яча у русі. Вдосконалення передачі м'яча двома руками, потрійного кроку.

**Мета заняття:** закріпити теоретичні знання, отримані в результаті вивчення дисципліни, практичні поради при навчанні техніки прямого нападаючого удару. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

**Задачі та зміст роботи:**

1. Загально-розвиваючі вправи у парах, спеціально-фізична підготовка гандболіста.

2. Методика навчання передачі м'яча у русі.

3. Вдосконалення передачі м'яча двома руками, потрійного кроку.

4. Розвиток спеціальної витривалості.

Література: [2-3; 5-11; 16-17; 21-22].

**Практичне заняття № 10. Тема 1.10.** Методика навчання кидка м'яча. Вдосконалення передачі м'яча в колонах, потрійного кроку. Сприяти розвитку стрибучості.

**Мета заняття:** закріпити теоретичні знання, отримані в результаті вивчення дисципліни, практичні поради при навчанні технічних елементів. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

**Задачі та зміст роботи:**

1. Загально-розвиваючі вправи у парах, спеціально-фізична підготовка гандболіста.

2. Методика навчання навчання кидка м'яча.

3. Вдосконалення передачі м'яча передачі м'яча в колонах, потрійного кроку.

4. Розвиток стрибучості.

Література: [2-3; 5-11; 16-17].

**Практичне заняття № 11. Тема 1.11.** Методика навчання кидка м'яча знизу, зверху збоку. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в гандболі. Сприяння розвитку спеціальної сили. Навчально-тренувальна гра.

**Мета заняття:** закріпити теоретичні знання, отримані в результаті вивчення дисципліни, практичні поради при навчанні техніки гри в гандболі. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

**Задачі та зміст роботи:**

1. Загально-розвиваючі вправи з гімнастичною палицею, спеціально-фізична підготовка гандболіста.
  2. Методика навчання кидка знизу, зверху збоку.
  3. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в гандбол: верхня та нижня передача м'яча, ведення м'яча.
  4. Розвиток спеціальної сили.
- Література: [2-3; 5-11; 16-17].

**Практичне заняття № 12. Тема 1.12.** Методика навчання техніки переміщення гравця у захисті. Вдосконалення раніше вивчених технічних елементів. Сприяти розвитку стрибковій витривалості. Навчально-тренувальна гра.

**Мета заняття:** закріпити теоретичні знання, отримані в результаті вивчення дисципліни, практичні поради при навчанні технічних елементів. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

**Задачі та зміст роботи:**

1. Загально-розвиваючі вправи з гімнастичною палицею, спеціально-фізична підготовка гандболіста.
  2. Методика навчання техніки переміщення гравця у захисті.
  3. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в гандболі: верхня та нижня передача м'яча, ведення м'яча, кидки м'яча.
  4. Розвиток стрибкової витривалості.
- Література: [2-3; 5-11; 16-17].

**Практичне заняття № 13. Тема 1.13.** Методика навчання техніки блокування гравця. Вдосконалення раніше вивчених технічних елементів. Сприяти розвитку витривалості. Навчально-тренувальна гра.

**Мета заняття:** закріпити теоретичні знання, отримані в результаті вивчення дисципліни, практичні поради при навчанні технічних елементів. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

**Задачі та зміст роботи:**

1. Загально-розвиваючі вправи з гімнастичною палицею, спеціально-фізична підготовка гандболіста.
  2. Методика навчання техніки блокування гравця.
  3. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в гандболі: верхня та нижня передача м'яча, ведення м'яча, кидки м'яча.
  4. Розвиток витривалості.
- Література: [2-3; 5-11; 16-17].

**Практичне заняття № 14. Тема 1.14.** Методика навчання блокування м'яча. Вдосконалення раніше вивчених технічних елементів. Сприяти розвитку швидкості. Навчально-тренувальна гра.

**Мета заняття:** закріпити теоретичні знання, отримані в результаті вивчення дисципліни, практичні поради при навчанні технічних елементів. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

**Задачі та зміст роботи:**

1. Загально-розвиваючі вправи з гімнастичною палицею, спеціально-фізична підготовка гандболіста.
  2. Методика навчання блокування м'яча.
  3. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в гандболі: верхня та нижня передача м'яча, ведення м'яча, кидки м'яча.
  4. Розвиток швидкості.
- Література: [2-3; 5-11; 16-17].

**Практичне заняття № 15. Тема 1.15.** Методика навчання техніки гри воротаря у гандболі. Вдосконалення раніше вивчених технічних елементів. Сприяти розвитку координації. Навчально-тренувальна гра.

**Мета заняття:** закріпити теоретичні знання, отримані в результаті вивчення дисципліни, практичні поради при навчанні технічних елементів. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

**Задачі та зміст роботи:**

1. Загально-розвиваючі вправи з гімнастичною палицею, спеціально-фізична підготовка гандболіста.
  2. Методика навчання техніки гри воротаря у гандболі.
  3. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в гандболі: верхня та нижня передача м'яча, ведення м'яча, кидки м'яча.
  4. Розвиток координації.
- Література: [2-3; 5-11; 16-17].

**Практичне заняття № 16. Тема 1.16.** Методика навчання індивідуальних тактичних дій в нападі. Методика суддівства. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в гандболі. Сприяти розвитку швидкісній витривалості. Навчально-тренувальна гра.

**Мета заняття:** закріпити теоретичні знання, отримані в результаті вивчення дисципліни, практичні поради при навчанні індивідуальних тактичних дій в нападі. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

**Задачі та зміст роботи:**

1. Загально-розвиваючі вправи з гімнастичною палицею, спеціально-фізична підготовка гандболіста.
2. Методика навчання індивідуальним тактичним діям у нападі.
3. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в нападі та захисті.

4. Розвиток швидкісної витривалості.  
Література: [2-3; 5-11; 16-17].

**Практичне заняття № 17. Тема 1.17.** Методика навчання індивідуальним тактичним діям у захисті. Вдосконалення прийомів техніки гри, переміщень, передач, кидків, блокування. Вивчення правил з гандболу. Навчально-тренувальна гра. Практика суддівства.

**Мета заняття:** закріпити теоретичні знання, отримані в результаті вивчення дисципліни, практичні поради при навчанні індивідуальних тактичних дій у захисті. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

**Задачі та зміст роботи:**

1. Загально-розвиваючі вправи з гандбольним м'ячем, спеціально-фізична підготовка гандболі.
  2. Методика навчання індивідуальним тактичним діям у захисті. Правила з гандболу.
  3. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в гандболі: верхня та нижня передача м'яча, верхній та нижній кидок м'яча, блокування.
  4. Практика суддівства.
- Література: [2-3; 5-11; 16-17].

**Практичне заняття № 18. Тема 1.18.** Методика навчання індивідуальних тактичних дій воротаря. Закріплення та удосконалення раніше вивчених технічних елементів. Рухливі ігри та естафети.

**Мета заняття:** закріпити теоретичні знання, отримані в результаті вивчення дисципліни, практичні поради при навчанні індивідуальних тактичних дій воротаря. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

**Задачі та зміст роботи:**

1. Загально-розвиваючі вправи з тенісним м'ячем, спеціально-фізична підготовка гандболіста.
  2. Методика навчання навчання індивідуальних тактичних дій воротаря.
  3. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в гандбол.
- Література: [ 2-3; 5-11; 16-17].

**Практичне заняття № 19. Тема 1.19.** Методика навчання та ознайомлення індивідуальними, груповими та командними тактичними взаємодіями в нападі у гандболі. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в гандболі. Навчально-тренувальна гра.

**Мета заняття:** закріпити теоретичні знання, отримані в результаті вивчення дисципліни, практичні поради при навчанні індивідуальними, груповими та командними тактичними взаємодіями в нападі у гандболі. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

### **Задачі та зміст роботи:**

1. Загально-розвиваючі вправи на місці, спеціально-фізична підготовка гандболіста.
  2. Методика навчання та ознайомлення індивідуальними, груповими та командними тактичними взаємодіями в нападі у гандболі.
  3. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в гандболі.
  4. Навчально-тренувальна гра.
- Література: [2-3; 5-11; 16-17].

**Практичне заняття № 20. Тема 1.20.** Методика навчання та ознайомлення з індивідуальними, груповими та командними тактичними взаємодіями в захисті у гандболі. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в гандболі. Навчально-тренувальна гра.

**Мета заняття:** закріпити теоретичні знання, отримані в результаті вивчення дисципліни, практичні поради при навчанні індивідуальними, груповими та командними тактичними взаємодіями в захисті у гандболі. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

### **Задачі та зміст роботи:**

1. Загально-розвиваючі вправи у парах, спеціально-фізична підготовка гандболіста.
  2. Методика навчання та ознайомлення індивідуальними, груповими та командними тактичними взаємодіями в захисті у гандболі.
  3. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в гандбол.
  4. Навчально-тренувальна гра.
- Література: [2-3; 5-11; 16-17].

**Практичне заняття № 21. Тема 1.21.** Вдосконалення тактики володіння м'ячем в нападі в гандболі. Навчальна гра з додатковим завданням.

**Мета заняття:** закріпити теоретичні знання, отримані в результаті практичних занять, практичні поради при навчанні тактичним діям у нападі. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

### **Задачі та зміст роботи:**

1. Загально-розвиваючі вправи у парах, спеціально-фізична підготовка гандболіста.
  2. Удосконалення тактики володіння м'ячем в нападі в гандболі.
  3. Навчальна гра з додатковим завданням.
- Література: [2-3; 5-11; 16-17].

**Практичне заняття № 22. Тема 1.22.** Споруди, обладнання, правила та жести суддів у гандболі. Ведення протоколу.

**Мета заняття:** закріпити теоретичні знання, отримані в результаті практичних занять, ознайомлення з гандбольним обладнанням, правилами та жестами суддів у гандболі. Методика ведення протоколу. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

**Задачі та зміст роботи:**

1. Загально-розвиваючі вправи з гандбольним м'ячем, спеціально-фізична підготовка гандболіста.
  2. Ознайомлення з гандбольним обладнанням, правилами та жестами суддів у гандболі.
  3. Методика ведення протоколу.
- Література: [2-3; 5-11; 16-17].

**Практичне заняття № 23. Тема 1.23.** Методика проведення змагань, організація змагань. Методика суддівства у гандболі.

**Мета заняття:** закріпити теоретичні знання, отримані в результаті практичних занять, організація та проведення практичних занять з гандболу. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

**Задачі та зміст роботи:**

1. Проведення змагань з гандболу.
  2. Написання положення про змагання з гандболу.
  3. Суддівство гри. Ведення протоколу.
- Література: [2-3; 5-11; 16-17].

## **6. Перелік індивідуальних і контрольних завдань**

### ***Тематика рефератів***

1. Використання інвентарю та обладнання в гандболі. Організація та проведення змагань з гандболу.
2. Історія виникнення і етапи розвитку гри в гандбол.
3. Історія розвитку гандболу в Україні.
4. Основні правила гри в гандбол.
5. Ігровий майданчик та обладнання для гри в гандбол.
6. Склад суддівської бригади і обов'язки суддів для проведення змагань з гандболу.
7. Гандбол в Україні на сучасному етапі.
8. Відбір дітей до занять гандболом.
9. Планування навчального матеріалу за варіативним модулем «гандбол» у загальноосвітній школі.
10. Тенденції розвитку гандболу у XX-XXI століттях. Видатні світові та українські гандболісти.
11. Вимоги до змісту, методики проведення підготовчої, основної та заключної частини під час занять гандболом.
12. Методика навчання технічним прийомам гри у гандбол.

13. Методика навчання тактичним прийомам гри у гандбол.
14. Індивідуальні, групові та командні тактичні дії гандболістів у нападі.
15. Індивідуальні, групові та командні тактичні дії гандболістів у захисті.
16. Сучасні технічні засоби навчання техніки гри у гандбол.
17. Контроль змагальної діяльності у гандболі.
18. Засоби та методи тренування у гандболі.
19. Історичні аспекти розвитку гандболу на Донеччині (або іншому регіоні за вибором).
20. Місце гандболу в загальноосвітніх навчальних закладах.
21. Робота з юними гандбол в ДЮСШ.
22. Сучасні інформаційні технології, що використовуються в навчально-тренувальному процесі з юними гандболістами.
23. Основи методики розвитку силових якостей гандболістів.
24. Основи методики розвитку швидкості у гандболістів.
25. Основи методики розвитку спеціальної витривалості гандболістів.
26. Основи методики розвитку гнучкості гандболістів.
27. Основи методики розвитку координаційних здібностей гандболістів.
28. Основи методики розвитку стрибучості гандболістів.
29. Гандбол на Олімпіадах ХХІ ст.
30. Тестування загальної та спеціальної фізичної підготовленості гандболістів.
31. Тестування технічної підготовленості гандболістів.
32. Профілактика травматизму у гандболі.

## **7. Контрольні заходи.**

Рейтинг успішності студента – це загальний бал, який отримав студент під час виконання завдань, передбачених програмою дисципліни. Максимальний рейтинг за дисципліну «Теорія і методика викладання спортивних ігор (гандбол)» – 100 балів. При оцінюванні знань здобувачів з навчальної дисципліни «Теорія і методика викладання спортивних ігор (гандбол)» оцінюється поточна успішність: Тестування або письмова, усна відповідь, складання контрольних нормативів та самостійна робота проводиться протягом семестру. (див. табл. 1). Для допуску до складання залку здобувач повинен набрати за поточну успішність не менше 55 балів.

Складові рейтингу з дисципліни наведені в таблиці 1.

Таблиця 1

## Порядок оцінювання результатів навчання.

	Види роботи	Характеристика	Бали	Термін виконання
1.	Самостійна робота 1	Написання реферату за обраною темою. (див. табл. 2)	20	Протягом вивчення дисципліни
2.	Самостійна робота 2	1.Скласти алгоритм вправ для навчання техніки гри в нападі. 2.Скласти алгоритм вправ для навчання техніки гри в захисті. 3.Скласти алгоритм навчання командних тактичних дій в нападі та захисті.	20	4-10 заняття
3.	Здача контрольних нормативів	1. Верхня передача м'яча однією рукою в русі (пробігти 5 майданчиків).	10	15-30 заняття
		2. Кидки м'яча у ворота з воротарем (10 разів).	10	15-30 заняття
		3.Обведення фішок на швидкість.	10	15-30 заняття
4.	Тестування	Відповідь на тестування	10	40-52 заняття
5.	Проведення заняття	Проведення заняття	20	
Поточна успішність			100	

Таблиця 2

## Система оцінки реферату з дисципліни «Теорія і методика викладання гандболу».

№	Критерії оцінки	Так	Частково	Ні
1	Розділи роботи повно характеризують тему дослідження	4	1 – 2	без оцінки
2	В рефераті визначені мета і завдання дослідження	4	1 – 2	без оцінки
3	Методи дослідження використані в роботі відповідають поставленим завданням	4	2	без оцінки
4	Посилання на першоджерела відповідають списку літератур	3	1	без оцінки
5	Аналітичний огляд літератури повно висвітлює вивченість проблеми у фізичному вихованні	4	1 – 3	без оцінки
6	Робота являє собою компіляцію або плагіат	без оцінки	без оцінки	без оцінки
7	У роботі використано літературу видану	2005-2020	1995-2005	1985-1995



8	Висновки відповідають поставленим завданням дослідження	4	1 – 5	без оцінки
9	Оформлення списку використаної літератури відповідає стандарту	1	0,5	без оцінки
10	Оформлення ілюстративного матеріалу відповідає стандарту	1	0,5	без оцінки
11	Робота містить орфографічні помилки, перекручені терміни	без оцінки	без оцінки	без оцінки
	Сума балів	10	5	без оцінки

*Друга складова* – залік де студент набирає 40 балів. Підсумковий контроль з дисципліни «Теорія і методика викладання гандболу» здійснюється за шкалою ECTS (табл. 3).

Усі завдання, передбачені програмою, мають бути виконані у встановлений термін.

Якщо здобувач відсутній з поважної причини, він/вона презентує виконані завдання під час консультації викладача.

Під час роботи над індивідуальними завданнями та проектами не допустимо порушення академічної доброчесності.

*Таблиця 3*

Система оцінки знань з курсу «Теорія і методика викладання гандболу».

Рейтинг студента за 100-бальною шкалою	Оцінка за національною шкалою	Оцінка за шкалою ECTS
90-100 балів	відмінно	A
81-89 балів	добре	B
75-80 балів	добре	C
65-74 балів	задовільно	D
55-64 балів	задовільно	E
30-54 балів	незадовільно з можливістю повторного складання	FX
1-29 балів	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	F

## **8. Самостійна робота.**

Під час самостійної роботи студенти вивчають як матеріал аудиторних занять курсу, так і питання винесенні на самостійне вивчення. Самостійна робота планується на кожну годину аудиторного часу і на питання винесенні на самостійне вивчення. Розподіл часу самостійної роботи виконується згідно плану навчального процесу та робочого плану дисципліни. Під час самостійної роботи студенти звертаються до літератури теоретичного курсу та допоміжної методичної літератури в разі необхідності.

Зміст самостійної роботи студента складається з таких видів:

- підготовка до аудиторних і практичних занять;
- вивчити лекцій матеріал та підготуватися до написання тестових завдань;
- виконання контрольних нормативів з дисципліни.

### **Теми самостійної роботи:**

1. Опрацювання теоретичного матеріалу про історію розвитку, стан гандболу в Україні та світі. Вивчити ігрову діяльність гандбольних команд регіону з якого родом.
2. Опрацювання теоретичного матеріалу, з методики розвитку фізичних якостей.
3. Опрацювання теоретичного матеріалу, з методики розвитку спеціальної фізичної підготовки в гандболі.
4. Опрацювання теоретичного матеріалу, вивчити структурну характеристику виконання та проаналізувати методики вивчення та вдосконалення технічних прийомів у гандболі.
5. Характеристика тактичних систем гри в нападі. Методика навчання та вдосконалення.
6. Характеристика тактичних систем гри в захисті. Методика навчання та вдосконалення.
7. Опрацювання теоретичного матеріалу, написання комплексу вправ на запропоновані теми та підготуватись до його проведення.
8. Опрацювання теоретичного матеріалу, вивчити жести суддів, знати як треба вести протокол та вміти застосовувати ці знання на практиці.
9. Опрацювання теоретичного матеріалу з систем проведення змагань з гандболу.

## **9. Рекомендована література**

### **Основна**

1. Базильчук О. Показники змагальної діяльності кваліфікованих гандболісток// Молода спортивна наука України. – Львів, 2002. – Вип. 6. – Т. 2. – С. 6–10.
2. Бубка С. Історія розвитку, сучасний стан та місце олімпійського спорту в суспільстві / С. Бубка. - К.: Олімпійська література. 2013. 238 с.
3. Волков Л.В. Теорія і методика дитячого та юнацького спорту. Підручник /Л.В. Волков. Вид. 2-е, пер. і доп. - К.: Освіта України, 2016. 464 с.
4. Гандбол. Міжнародні правила гри. Київ, 2010.
5. Гандбол. Навчально-методичний посібник./ Укл.: Ю.Б. Ячнюк, І.О. Ячнюк, М.Ю., Ячнюк – Чернівці: Рута, 2007. – 104 с.
6. Гандбол. Навчально-методичний посібник./ Укл.: Ю.Б. Ячнюк, І.О. Ячнюк, М.Ю. Ячнюк. – Чернівці: Рута, 2006. 80 с.
7. Гандбол: конспект лекцій/ укл. : Ю. Б. Ячнюк, М. Ю. Ячнюк, І. О. Ячнюк,. – Чернівці. : Чернівецький нац. ун-т 2011.104 с.
8. Енциклопедія Олімпійського спорту України за ред. В.М.Платонова. “Олімпійська література”. Київ, 2005. – 462 с.
9. Костюкевич В.М. «Теорія і методика спортивної підготовки у запитаннях і відповідях»: Навчально-методичний посібник / В.М. Костюкевич. – Вінниця: Планер, 2016. – 159 с.

10. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання / Т.Ю. Круцевич // Том 1, Київ: Олімпійська література, 2012. – 392 с.
11. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання / Т.Ю. Круцевич // Том 2, Київ: Олімпійська література, 2012. – 368 с.
12. Кушнірюк С.Г. Спортивно-педагогічне вдосконалення: гандбол: посібник для студ. вищ. навч. закл. фіз.вих., спорту і здоров'я людини / С.Г.Кушнірюк, В.М.Осіпов; Берд. держ. пед. ун-т. – Бердянськ, 2013. – 290 с.
13. Левків В.І. Методичні рекомендації для студентів з навчальної дисципліни «Теорія і методика викладання ігор(гандбол) / В.І. Левків, Н.В. Кудріна, В.Л. Згоба. - Львів: ЛДУФК, 2007. – 29 с.
14. Основи персонального тренування / Під. ред. Р.В. Ерла, Т.Р. Бехля. – К.: Олімпійська література, 2012. – 724 с.
15. Платонов В.Н. Переодизація спортивного тренування. Загальна теорія і практичне застосування / В.Н. Платонов. – К. : Олімпійська література, 2013. – 624 с.
16. Платонов В.Н. Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті. Загальна теорія і практика: підручник / В.Н. Платонов. – К.: Олімп. літ., 2015. – Кн. 2 – 2015. – 752 с.
17. Сергієнко Л.П. Теорія та методика дитячого і юнацького спорту : підручник / Л.П. Сергієнко. – К.: Кондор-Видавництво, 2016. – 542.
18. Тищенко В.О. Гандбол : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / В.О. Тищенко. - Запоріжжя : Акцент Інвест-трейд, 2014. – 232 с.
19. Шинкарук О.А. Теорія і методика дитячо-юнацького спорту: навчальний посібник/ О.А. Шинкарук, Е.О Павлюк, Е.М. Свірчуна, В.В. Флерчук. – Хмельницьк: ХНУ, 2011. – 143 с.

### Допоміжна

20. Гандбол. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності, Київ. – 2003. 150 с.
21. Дубенчук А.І. Спортивні ігри з м'ячем: правила. – Х.: ТОРСІНГ ПЛЮС, 2006. – 288 с.
22. Кічук С.Ф., Авраменко В.Г., Лобанков В.С., Гавралов Ю.Л. Спортивні і рухливі ігри та методика викладання (Тестові завдання) – Тернопіль, ТДПУ, 2003. – 80 с.
23. Соловей О.М. Розвиток гандболу в контексті аналізу виступів збірних команд на чемпіонатах світу, Європи та України / О.М. Соловей // Спортивний вісник Придніпров'я: Науково-практичний журнал. Дніпропетровськ: ДДІФКіС. – 2016. – № 1. – С.128-131.
24. Тищенко В.О. Методологічні основи сучасної системи підготовки гандболістів вищої кваліфікації / В.О. Тищенко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: зб. наук. пр. під ред. Єрмакова С.С., – Харків: ХХІІІ, – 2014. – №1. – С. 76-79.
25. Спортивні ігри : навчальний посібник для вищ. навч. закладів : у 2 т. /

ред. Ж. Л. Козіна; міністерство освіти і науки України, Харківській національній педагогічній університет імені Г. С. Сковороди. – Т. 1: Загальні основи теорії і методики спортивних ігор. – Харків: Точка, 2010. – 200 с.

### **Електронні ресурси**

26. <https://handball.net.ua/> офіційний сайт федерації гандбола в Україні
27. <https://handball.net.ua/ukr/pravila-gri-v-gandbol-01-07-2016/> - офіційні правила гандболу.