

Самостійна робота

Кредит 1. Методика проведення секційних занять з дітьми молодшого шкільного віку.

Тема 1. Техніка нападу, методика навчання.

Опрацювати теоретичний матеріал за підручником.

Скласти комплекс ЗРВ в русі

Скласти комплекс ЗРВ на місці

Скласти комплекс ЗРВ з м'ячами

Тема 2. Техніка захисту, методика навчання.

Опрацювати теоретичний матеріал за підручником.

Законспектувати вправи для навчання пересуванням у захисті.

Кредит 2. Методика проведення секційних занять з дітьми середнього шкільного віку.

Тема 3. Техніка нападу, вдосконалення технічних елементів.

Опрацювати теоретичний матеріал за підручником.

Скласти план-конспект заняття, завдання заняття: Удосконалювання передач у русі. Удосконалювання лову м'яча. Удосконалювання кидків.

Тема 4. Тактика нападу, методика навчання.

Опрацювати теоретичний матеріал за підручником.

Скласти план-конспект заняття, завдання заняття: Відволікаючі дії на передачу. Відволікаючі дії на обхід супротивника. Взаємодії із центровим гравцем.

Тема 5. Техніка захисту, методика навчання та вдосконалення технічних елементів.

Опрацювати теоретичний матеріал за підручником.

Скласти план-конспект заняття, завдання заняття: Перехоплення м'яча.

Виривання й вибивання м'яча. Вибивання м'яча при веденні.

Кредит 3. Методика проведення секційних занять з дітьми старшого шкільного віку.

Тема 6. Вдосконалення техніки гри.

Опрацювати теоретичний матеріал за підручником.

Скласти план-конспект заняття, завдання заняття: Накривання м'яча при кидку.

Боротьба за м'яч, що відскочив від щита. Штрафні кидки.

Тема 7. Вдосконалення тактики нападу.

Опрацювати теоретичний матеріал за підручником.

Законспектувати:

- швидкий прорив після штрафного кидка;
- комбінація при вкиданні м'яча через бічну лінію;
- заслони, заслін центровим гравцем;
- ознайомлення з нападом двома центрами і їхніми взаємодіями.

Тема 8. Тактика захисту, методика навчання.

Опрацювати теоретичний матеріал за підручником.

Законспектувати:

- Щільна система захисту.