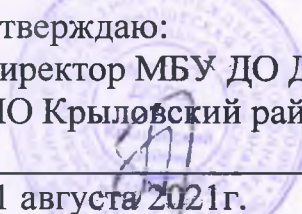


Управление образования
Администрации муниципального образования
Крыловский район

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КРЫЛОВСКИЙ РАЙОН

Принято на заседании
педагогического совета
от 31 августа 2021 г.
Протокол №1

Утверждаю:
Директор МБУ ДО ДЮСШ
МО Крыловский район

Л.Г. Черная
31 августа 2021г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПЕРЕПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ
ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
ПО ВИДУ СПОРТА «ГАНДБОЛ»**

Уровень программы: *Базовый*

Срок реализации программы: *6 лет*

Возрастная категория: *от 10 до 18 лет*

Состав группы: *до 20 человек*

Форма обучения: *очная, дистанционная*

Вид программы:

Программа реализуется на бюджетной основе

Автор-составитель:

Лапа Л.Ю. – тренер-преподаватель

Ст. Крыловская

2021г.

Содержание

1	Пояснительная записка
1.1	Направленность, цели и задачи образовательной программы
1.2.	Характеристика вида спорта (гандбола) и его особенности
1.3	Минимальный возраст детей для зачисления на обучение
1.4	Минимальное количество обучающихся в группах
1.5	Срок обучения
1.6	Планируемые результаты освоения образовательной программы обучающимися
2	Учебный план
2.1	Календарный учебный график
2.2	План учебного процесса
2.3	Тематическое планирование
2.4	Календарно-тематический план
2.5	Расписание учебных занятий
3	Перечень информационного обеспечения
3.1	Список литературы (не менее 10 печатных или электронных источников, в том числе изданных за последние 5 лет)
3.2	Перечень интернет-ресурсов, необходимых для использования в образовательном процессе

1. Пояснительная записка

1.1. Направленность, цели и задачи образовательной программы.

Образовательная программа сформирована с учетом:

- особенностей реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта в соответствии с требованиями статьи 84 Федерального закона от 29.12.2013 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- требований к физкультурно-оздоровительным спортивным услугам, обеспечивающим безопасность жизни, здоровья обучающихся, сохранность их имущества, а также методов контроля в соответствии с национальными стандартами;
- психофизиологических, возрастных и индивидуальных, в том числе гендерных, особенностей обучающихся;
- содержания Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта гандбол, утвержденного приказом Минспорта России от 30.08.2013 г. № 679;
- приказа Министерства спорта РФ от 12.02.2019 г. № 90 «Об утверждении государственных требований ВФСК ГТО».

Основными задачами реализации образовательной программы являются:

- укрепление здоровья, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;
- формирование начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта;
- удовлетворение потребностей в двигательной активности;
- подготовка к поступлению в профессиональные образовательные организации и образовательные организации высшего образования, реализующие основные образовательные программы среднего профессионального и высшего образования по крупным группам специальностей и направлений подготовки в сфере образования и педагогики, в области физической культуры и спорта;
- отбор одаренных детей, создание условий для их физического воспитания и физического развития;
- подготовка к освоению этапов спортивной подготовки.

Основопологающими принципами программы служат:

- комплексность, предусматривающая тесную взаимосвязь всех компонентов образовательного процесса (физической, технической, тактической, игровой и теоретической подготовок, воспитательной работы и восстановительных мероприятий, педагогического и медицинского контроля);
- преемственность, определяющая последовательность изложения программного материала, постановку задач, использования средств методов подготовки, применения объема и интенсивности физических нагрузок, позитивную динамику показателей физической и технико-тактической подготовленности;
- вариативность, предполагающая использование широкого и разнообразного набора организационных подходов и двигательных заданий для решения поставленных задач;
- возрастная адекватность образовательной деятельности, обуславливающая соответствие применяемых средств и методов подготовки морфофункциональным, психическим и гендерным возможностям обучающихся.

Общая направленность образовательного процесса характеризуется:

- соблюдение рациональной последовательности этапов обучения приемам игры: ознакомление, изучение, совершенствование;
- расширение вариативности используемых игровых приемов и взаимодействий;
- увеличение доли соревновательных упражнений в процессе подготовки;
- рост объема выполняемых тренировочных нагрузок;
- повышение интенсивности занятий.

1.2. Характеристика вида спорта (гандбол) и его особенности.

Гандбол – это спортивная игра, которая проводится мячом на специально оборудованной площадке между двумя командами. Основу игры составляют естественные движения – ходьба, бег, прыжки, метания, которые выполняются различными способами и во всевозможных сочетаниях. Сущность гандбола заключается в стремлении игроков, встречающихся команд завладеть мячом и забросить его в ворота, защищаемые соперником. Все действия мячом выполняются руками. Игра проводится в рамках правил, разрешающих противоборство, но пресекающих грубость и неспортивное поведение. Побеждает команда, сумевшая забросить большее число мячей в ворота соперника. Достижение успеха обеспечивается подготовленностью спортсменов команды и согласованностью их действий.

Соревновательная деятельность в гандболе включает в себя два компонента: атаку ворот соперника и защиту собственных.

Особенности двигательной деятельности квалифицированных гандболистов в условиях соревнования представлены в таблице 1.

Таблица 1. Основные параметры двигательной деятельности в гандболе.

Параметры	Численные значения
Продолжительность соревновательного упражнения, мин	65-70
Продолжительность разминки, мин	25-40
Продолжительность активных фаз, с	3-30
Преодолеваемое расстояние, м	6000-8000
Перемещений с максимальной скоростью, кол-во	40-50
Число выполняемых прыжков	30-40
Ловля мяча, кол-во	120-160
Передачи мяча, кол-во	100-150
Броски мяча в ворота, кол-во	10-15
Активные единоборства с соперником, кол-во	40-50
Основной диапазон колебания ЧСС, уд/мин	146-195
Среднее значение ЧСС, уд/мин	156-162
Сумма сердечных сокращений	10000-12000
Энерготраты, ккал	1200-1500
Потери в массе тела, кг	2-4

В соответствии с занимаемой позицией в общей схеме атакующего построения команды, нападающие подразделяются на крайних, полусредних и линейных. Каждому из названных амплуа присуще выполнение своих, достаточно четко определённых игровых функций.

Ведущую роль в структуре соревновательной деятельности линейных нападающих играют: освобождение от плотной опеки защитников с целью

получения мяча в прилегающих к площади вратаря соперников позициях; атаки ворот соперника в условиях игрового единоборства с голкипером при активном противодействии защитников.

Эффективность игры крайних нападающих определяют: индивидуальное обыгрывание защитника; освобождение от опеки соперника в позициях, пригодных для атаки ворот; броски мяча с различных дистанций и зон площадки, как в единоборстве с голкипером, так и в условиях противодействия со стороны защитников.

Основное содержание соревновательной деятельности полусредних нападающих составляют: розыгрыш мяча; индивидуальные атаки ворот соперника с различных дистанций при противодействии со стороны защитников.

В соответствии с занимаемой позицией в общей схеме оборонительного построения команды, защитники подразделяются на крайних, полусредних, центральных и передних. Соревновательная деятельность каждого из названных игровых амплуа имеет свои характерные особенности.

Для игры центральных и полусредних защитников характерны: опека линейного и вошедших в «линию» крайних и полусредних нападающих; противодействие попыткам индивидуального обыгрывания; блокирование мячей и бросковых движений соперников. Основу оборонительной деятельности крайних защитников составляют противодействия попыткам получения мяча, индивидуального обыгрывания и проходам крайних нападающих на «ударную» позицию. Основная обязанность передних защитников заключается в «разрушении» наигранных взаимодействий нападающих на наиболее опасных направлениях и противодействие броскам полусредних из контролируемого сектора.

Двигательная деятельность гандбольного голкипера имеет существенные особенности. Главными компонентами его игры являются перемещения, выпады, махи руками и ногами, передачи мяча. Активные фазы деятельности голкипера длятся до тех пор, пока мячом владеет соперник. После пропущенного или отраженного броска вратарь передает мяч своим партнерам по команде, после чего наступает относительно пассивная фаза его игры. Чередование фаз в игре голкипера происходит в основном через каждые 10-50 с. ЧСС у гандбольного вратаря в ходе матча колеблется от 120 до 174 уд/мин. Общая сумма сердечных сокращений у него за матч доходит до 8000-9000 ударов.

Современный гандбол – игра динамичная и атлетическая, предъявляющая высокие требования к двигательным и функциональным возможностям спортсменов. Участвуя в игре, гандболист выполняет значительную нагрузку динамической силовой работы переменной мощности. Чередование активных и пассивных фаз в его игровой деятельности следует через каждые 3-20 секунды (с).

За матч полевой игрок посредством различных способов перемещения преодолевает расстояние в 6000-8000 метров, совершает около 30 прыжков, вступает в активное единоборство с игроками соперника не менее 40 раз.

1.3. Минимальный возраст детей для зачисления на обучение

Таблица 2. Минимальный возраст детей для зачисления на обучение

Уровень сложности	Год обучения	Минимальный возраст детей для зачисления, лет
Базовый	1-2	8
	3-4	10
	5-6	12

1.4. Минимальное количество обучающихся в группах

Таблица 3. Минимальное количество обучающихся в группах

Уровень сложности	Год обучения	Минимальное количество обучающихся в группах
Базовый	1-2	12-14
	3-4	10-12
	5-6	10-12

1.5. Сроки обучения

Весь период обучения по данной образовательной программе составляет 6 лет.

1.6. Планируемые результаты освоения образовательной программы обучающимися

Результатом освоения образовательной программы относительно предметной области «теоретические основы физической культуры и спорта» на базовом уровне являются:

- знания истории развития спорта;
- знания места и роли физической культуры в современном обществе;
- знания основ законодательства в области физической культуры и спорта;
- знания, умения и навыки гигиены;
- знания режима дня, основ закаливания организма, здорового образа жизни;
- знания основ здорового питания;
- наличие осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности, мотивации к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

Результатом освоения образовательной программы относительно предметной области «теоретические основы физической культуры и спорта» на углубленном уровне служат:

- знания истории развития избранного вида спорта - гандбола;

- знание значения занятий физической культурой и спортом для обеспечения высокого качества жизни;
- знание этических вопросов спорта;
- знание основ общероссийских международных антидопинговых правил;
- знание норм и требований, выполнение которых необходимо для присвоения соответствующих спортивных званий и спортивных разрядов по избранному виду спорта - гандболу, а также условий выполнения этих норм и требований;
- знание возрастных особенностей детей и подростков, влияния на спортсмена занятий избранным видом спорта - гандболом;
- знание основ спортивного питания;

Результатом освоения образовательной программы относительно предметной области «общая физическая подготовка» на базовом уровне являются:

- укрепление здоровья, разностороннее физическое развитие, способствующее приспособляемости организма к изменяющимся условиям внешней среды;
- повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию как основы дальнейшей специальной физической подготовки;
- развитие физических способностей (скоростных, координационных, силовых, скоростно-силовых, выносливости, гибкости) и их гармоничное сочетание применительно к специфике занятий избранным видом спорта - гандболом;
- формирование двигательных умений и навыков;
- освоение комплексов обще-подготовительных, общеразвивающих физических упражнений;
- формирование социально-значимых качеств личности;
- получение коммуникативных навыков, опыта работы в команде;
- приобретение навыков проектной и творческой деятельности.

Результатом освоения образовательной программы относительно предметной области «общая и специальная физическая подготовка» для углубленного уровня служат:

- укрепление здоровья, разностороннее физическое развитие, способствующее приспособляемости организма к изменяющимся условиям внешней среды;
- повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию как основы дальнейшей специальной физической подготовки;
- развитие способности к проявлению имеющегося функционального

потенциала в специфических условиях занятий избранным видом спорта - гандболом;

- специальная психологическая подготовка, направленная на развитие и совершенствование психических функций и качеств, которые не обходимы для успешных занятий избранным видом спорта - гандболом.

Результатом освоения образовательной программы относительно предметной области «основы профессионального самоопределения» для углубленного уровня служат:

- формирование социально-значимых качеств личности;
- развитие коммуникативных навыков; лидерского потенциала, приобретение опыта работы в команде;
- развитие организаторских качеств и ориентация на педагогическую и тренерскую профессии;
- приобретение практического опыта педагогической деятельности, предпрофессиональная подготовка обучающихся;
- приобретение опыта проектной и творческой деятельности.

Результатом освоения образовательной программы относительно предметной области «вид спорта» для базового уровня являются:

- развитие физических способностей (скоростных, координационных, силовых, скоростно-силовых, выносливости, гибкости) в соответствии со спецификой избранного вида спорта - гандбола;
- овладение основами техники и тактики избранного вида спорта - гандбола;
- освоение комплексов подготовительных и подводящих физических упражнений;
- освоение соответствующих возрасту, полу и уровню подготовленности обучающихся, тренировочных нагрузок;
- знание требований к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке в избранном виде спорта - гандболе;
- знание требований техники безопасности при занятиях избранным видом спорта - гандболом;
- приобретение опыта участия в физкультурных и спортивных мероприятиях;
- знание основ судейства по избранному виду спорта - гандболу.

Результатом освоения образовательной программы относительно предметной области «вид спорта» для углубленного уровня служат:

- обучение и совершенствование техники и тактики избранного вида спорта - гандбола;
- освоение комплексов специальных физических упражнений;
- повышение уровня физической, психологической и функциональной подготовленности, обеспечивающей успешное достижение планируемых результатов;
- знание требований федерального стандарта спортивной подготовки по

избранному виду спорта-гандболу;

-формирование мотивации к занятиям избранном видом спорта-гандболом;

-знание официальных правил соревнований по избранному виду спорта-гандболу, правил судейства;

-опыт участия в физкультурных и спортивных мероприятиях.

Результатом освоения образовательной программы относительно предметной области «различные виды спорта и подвижные игры» для базового и углубленного уровней являются:

-умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с правилами избранного вида спорта-гандбола и подвижных игр;

-умение развивать физические качества по избранному виду спорта-гандболу средствами других видов спорта и подвижных игр;

-умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений;

-приобретение навыков сохранения собственной физической формы.

Результатом освоения образовательной программы относительно предметной области «судейская подготовка» для углубленного уровня служат:

-освоение методики судейства физкультурных и спортивных соревнований и правильное ее применения на практике;

-знание этики поведения спортивных судей;

освоение квалификационных требований спортивного судьи,

предъявляемых к квалификационной категории «юный спортивный судья» по избранному виду спорта-гандболу.

Результатом освоения образовательной программы относительно предметной области «специальные навыки» для базового и углубленного уровней являются:

-умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с

обязательными для избранного вида спорта-гандбола специальными навыками;

-умение развивать профессионально необходимые физические качества по избранному виду спорта-гандболу;

-умение определять степень опасности и использовать необходимые меры страховки и само-страховки, а также владение средствами и методами предупреждения травматизма и возникновения несчастных случаев;

-умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении физических упражнений.

2.2. План учебного процесса на 2021-2022уч.год (46 недель) (предпрофессиональная программа).

№ п/п	Наименование предметных областей/ формы учебной нагрузки	Общий объём учебной нагрузки (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)		Аттеста ция (в часах)		Базовый					
				Теоретические	Практические	Промежуточная	Итоговая	Распределение по годам обучения					
								1-й год	2-й год	3-й год	4-й год	5-й год	6-й год
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Общий объем часов		4600						276	276	368	368	460	460
1	Обязательные предметные области	3156						184	184	250	250	316	316
1.1	Теоретические основы физической культуры и спорта	400						20	20	30	30	40	40
1.2	Основы профессионального самоопределения	380						-	-	-	-	-	-
1.3	Общая физическая подготовка	660						82	82	110	110	138	138
1.4	Общая специальная физическая подготовка	356						-	-	-	-	-	-
1.5	Виды спорта-гандбол	1360						82	82	110	110	138	138
2	Вариативные предметные области	1364						84	84	110	110	136	136
2.1	Различные виды спорта и подвижные игры	498						40	40	55	55	68	68
2.2	Судейская подготовка	172						-	-	-	-	-	-
2.3	Специальные навыки	694						44	44	55	55	68	68
3	Теоретические занятия												
4	Практические занятия												
4.1	Тренировочные мероприятия												
4.2	Физкультурные и спортивные мероприятия												
4.3	Иные виды практических занятий												
5	Самостоятельная работа												
6	Аттестация	80						64	16	8	8	8	8
6.1	Промежуточная аттестация	64						64	-	8	8	8	8
6.2	Итоговая аттестация	16						-	16	-	-	-	8

3. Рабочие программы по предметным областям.

3.2. Рабочая программа по предметной области «теоретические основы физической культуры и спорта» для базового уровня.

№ пп	Наименование раздела (темы)	Общий объем часов	Базовый уровень					
			Год обучения					
			1	2	3	4	5	6
1	История развития спорта	16	2	2	3	3	3	3
2	Место и роль физической культуры и спорта в современном обществе	14	2	2	2	2	3	3
3	Основы законодательства в области физической культуры и спорта	16	1	1	3	3	4	4
4	Основы личной и общественной гигиены	16	2	2	3	3	3	3
5	Режим дня, основы закаливания организма и здорового образа жизни	16	2	2	3	3	3	3
6	Осознанное отношение к физкультурно-спортивной деятельности, мотивации к регулярным занятиям физической культурой и спортом	18	2	2	3	3	4	4
7	Посещение в качестве зрителя спортивных соревнований по виду спорта и иных спортивных мероприятий.	88	2	2	4	4	8	8
8	Разбор и установка на игру	156	7	7	9	9	12	12
9	История развития ИВС - гандбола	10	-	-	-	-	-	-
10	Значение занятий физической культурой и спортом для обеспечения высокого качества жизни	10	-	-	-	-	-	-
11	Этика спорта	8	-	-	-	-	-	-
12	Общероссийские и международные антидопинговые правила	8	-	-	-	-	-	-
13	Порядок присвоения спортивных разрядов и званий в избранном виде спорта - гандболе	8	-	-	-	-	-	-
14	Возрастные особенности детей и подростков. Влияние занятий гандболом	8	-	-	-	-	-	-
15	Основы питания в спорте	8	-	-	-	-	-	-
16	Всего	400	20	20	30	30	40	40

3.2.2. Рабочая программа по предметной области «основы профессионального самоопределения» для углубленного уровня.

№ пп	Наименование раздела (темы)	Общий объем часов	Год обучения			
			1	2	3	4
1	Участие в соревнованиях	200	40	40	60	60
2	Участие в физкультурно-массовых мероприятиях	60	20	20	10	10
3	Инструкторская практика	120	30	30	30	30
3.1	Подача строевых команд и распоряжений	20	10	10	-	-
3.2	Разработка плана и проведение разминки	20	10	10	-	-
3.3	Разработка плана и проведение тренировочного занятия или его части	20	10	10	-	-
3.4	Оформление заявки и участие в подготовке команды к соревнованиям	40	-	-	20	20
3.5	Представление и руководство командой на соревнованиях	20	-	-	10	10
	Всего	380	90	90	100	100

3.2.3. Рабочая программа по предметной области «общая физическая подготовка» для базового уровня.

№ пп	Наименование раздела (темы)	Общий объем часов	Год обучения					
			1	2	3	4	5	6
1	Силовые способности	108	12	12	18	18	24	24
2	Скоростные способности	114	13	13	20	20	24	24
3	Координационные способности	140	20	20	24	24	26	26
4	Общая выносливость	108	12	12	18	18	24	24
5	Гибкость	98	14	14	15	15	20	20
6	Скоростно-силовые способности (прыжки)	92	11	11	15	15	20	20
	Всего	660	82	82	110	110	138	138

3.2.6. Рабочая программа по предметной области «различные виды спорта и подвижные игры» для базового и углубленного уровней

№ пп	Наименование раздела (темы)	Общий объем часов	Базовый уровень					
			Год обучения					
			1	2	3	4	5	6
1	Гимнастика и акробатика	50	5	5	5	5	6	6
2	Легкая атлетика	50	5	5	5	5	6	6
3	Баскетбол	52	5	5	5	5	6	6
4	Футбол	52	5	5	5	5	6	6
5	Мини-гандбол и пляжный	122	10	10	15	15	14	14
6	Подвижные игры	172	10	10	20	20	30	30

	Всего	498	40	40	55	55	68	68
--	-------	-----	----	----	----	----	----	----

3.2.5. Рабочая программа по предметной области «вид спорта - гандбол» для базового уровня.

№ пп	Наименование раздела (темы)	Общий объем часов	Базовый уровень					
			Год обучения					
			1	2	3	4	5	6
1	Техника гандбола:	444	26	26	36	36	40	40
1.1	Перемещения:	52	6	6	6	6	4	4
1.2	Ловля мяча:	86	6	6	7	7	8	8
1.3	Ведение мяча:	24	2	2	4	4	2	2
1.4	Передачи мяча:	118	7	7	8	8	10	10
1.5	Броски мяча:	114	5	5	8	8	10	10
1.6	Блокирование:	38	-	-	3	3	4	4
1.7	Выбивание мяча	12	-	-	-	-	2	2
2	Тактика гандбола	344	16	16	18	18	24	24
2.1	Индивидуальная:	132	10	10	10	10	10	10
	Нападение	66	5	5	5	5	5	5
	Защита	66	5	5	5	5	5	5
2.2	Групповая:	116	4	4	6	6	8	8
	Нападение	58	2	2	3	3	4	4
	Защита	58	2	2	3	3	4	4
2.3	Командная:	96	2	2	2	2	6	6
	Нападение	48	1	1	1	1	3	3
	Защита	48	1	1	1	1	3	3
3	Игровая подготовка (односторонние и двусторонние учебные игры)	388	22	22	30	30	40	40
4	Участие в соревнованиях	124	18	18	26	26	34	34
	Всего	1360	82	82	110	110	138	138

3.2.8. Рабочая программа по предметной области «специальные навыки» для базового уровня.

№ пп	Наименование раздела (темы)	Общий объем часов	Базовый уровень					
			Год обучения					
			1	2	3	4	5	6
1	Скоростная выносливость	54	7	7	9	9	11	11
2	Силовая выносливость	52	7	7	8	8	11	11
3	Скоростно-силовые способности (метания)	54	7	7	9	9	11	11
4	Специально-координационные способности (точность передач и бросков)	54	7	7	9	9	11	11

мяча)								
Формирование навыков:	480	16	16	20	20	24	24	
- игровых	280	12	12	16	16	18	18	
- инструкторских	60	-	-	-	-	2	2	
- судейских	56	-	-	-	-	-	-	
- проектных	24	-	-	-	-	-	-	
- аналитических	60	4	4	4	4	4	4	
Всего	694	44	44	55	55	68	68	

3.3. Объемы учебных нагрузок.

Таблица. Объемы учебных нагрузок на базовом уровне.

Год обучения	Число учебных недель	Кол-во учебных часов		Число занятий		Продолжительность занятия (час/мин)
		В год	В неделю	В год	В неделю	
1-2	46	276	6	138	3	2/90
3-4	46	368	8	138-184	3-4	2/90-3/135
5-6	46	460	10	184-230	4-5	2/90-3/135

4. Перечень информационного обеспечения.

4.1 Список литературы.

1. Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 г. с дополнениями и изменениями.
2. Закон РФ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» № 198-ФЗ от 23.07.2013 г. с дополнениями и изменениями.
3. Приказ Министерства спорта РФ № 90 от 12.02.2019г. «Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).
4. Приказ Министерства физической культуры и спорта Краснодарского края № 1858 от 15.10.2014 г. «Об утверждении методических рекомендаций по разработке и реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта».
5. Приказ Министерства спорта РФ № 939 от 15.11.2018г. «Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам».

6. Анисимова Н.Ю., Тхорев В.И. Дополнительная предпрофессиональная программа по игровому виду спорта - гандбол. Краснодар: ДЮСШ КК, 2014. - 76 с.
7. Гандбол: Примерная программа для системы дополнительного образования детей: детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва /Игнатьева В.Я., и др. - М.: Советский спорт, 2003. - 116 с.
8. Игнатьева В. Я., Петрачева И.В. Многолетняя подготовка гандболистов в детско-юношеских спортивных школах: Методическое пособие. - М.: Советский спорт, 2004. -216 с.
9. Никитушкин В .Г. , Квашук П.В . , Бауэр В .Г. Организационно-методические основы подготовки спортивного резерва. - М.: Советский спорт, 2005. -232 с.
10. Тхорев В.И. Теория и методика избранного вида спорта (гандбол). Часть 1 (Учебное пособие). - Краснодар: КГУФКСТ, 2013. - 96 с.
11. Тхорев В.И., Анисимова Н.Ю., Барсукова. Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности - гандбол. Краснодар: ДЮСШ КК, 2014. - 75с.
12. Тхорев В.И. Гандбол: энергетическая стоимость соревновательной и тренировочной деятельности. Информационные материалы /В.И.Тхорев. - 2-е изд. испр. и доп. - Краснодар: КГУФКСТ, 2016. - 32с.

4.2 Перечень Интернет-ресурсов.

1. rushandball.ru;
2. olympic.ru;
3. ihf.info;
4. ru.wikipedia.org;
5. handball.in.ua;
6. sportcom.ru.

Видеозаписи официальных матчей с участием сильнейших мужских и женских клубных и сборных гандбольных команд.