

Донбаська державна машинобудівна академія

кафедра фізичного виховання і спорту

Затверджую:

Декан факультету інтегрованих
технологій і обладнання

О. Г. Гринь

«_____» _____ 2022 р.

Гарант освітньої програми:

к.н.ф.в.с., доцент

С. О. Черненко

«_____» _____ 2022 р.

Розглянуто і схвалено

на засіданні кафедри

фізичного виховання і

спорту

Протокол № 21 від 30.08.2022р.

В.о.завідувач кафедри

С.О. Черненко

«_____» _____ 2022 р

Робоча програма навчальної дисципліни

«Теорія і методика викладання пляжного волейболу»

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: Гейтенко В. В. канд. пед. наук, старший викладач кафедри фізичного
виховання і спорту

Краматорськ-Тернопіль
2022 р.

1. Опис навчальної дисципліни

Показники			Галузь знань, напря м 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	6				
Загальна кількість годин						
150	150	180				
Модулів – 1			Професійна кваліфікація: бакалавр з фізичної культури і спорту	Рік підготовки		
Змістових модулів – 1				4	2	2
Індивідуальне навчально-дослідне завдання – підготовка реферату.				Семестр		
				8б	4б	4б
Тижневих годин для <u>денної</u> форми навчання: аудиторних – 4/4 самостійної роботи студента – 6/6			Освітньо- кваліфікаційний рівень: перший (бакалаврський)	Лекції		
				8	8	8
				Практичні/Лабораторні		
				46/	46/	46/
				Самостійна робота		
				96	96	126
			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 пляжного волейболу» 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 пляжного волейболу.

Міждисциплінарні зв'язки: Дисципліна Теорія і методика викладання пляжного волейболу тісно пов'язана з рядом інших компонентів освітньої програми, а саме: Теорія і методика фізичного виховання, Теорія і методика викладання спортивних ігор (волейбол), Практикум волейбол, Підвищення спортивної майстерності з волейболу, Теорія і методика дитячо-юнацького спорту, Біомеханіка. Передбачає

можливість використання отриманих знань у процесі вивчення освітнього компоненту Виробнича практика за профілем майбутньої роботи.

Метою дисципліни є: формування у студентів знань з історії сучасного стану розвитку пляжного волейболу, основних правил гри, оволодіння технічними прийомами та тактичними діями гри в пляжний волейбол.

Завдання дисципліни:

- сформувати знання про історію розвитку пляжного волейболу;
- опанувати необхідні знання та практичні вміння у виконанні технічних прийомів і тактичних дій у пляжний волейбол;
- навчити студентів методично та грамотно навчати технічним прийомам і тактичним діям у пляжний волейбол;
- опанувати знання про правила гри в пляжний волейболі;
- ознайомити з організацією та проведенням змагань з пляжного волейболу.

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 пляжного волейболу у світі та Україні;
- класифікацію техніки і тактики пляжного волейболу;
- методику навчання техніки і тактики гри у пляжний волейбол;
- заходи попередження травматизму на заняттях зі спортивних ігор;
- форми та методи контролю та самоконтролю на заняттях зі спортивних ігор;
- особливості проведення занять з пляжного волейболу 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 пляжного волейболу;
- вимоги до інтенсивності та величини навантажень на заняттях з пляжного волейболу;
- 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;
- організовувати 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.

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	16	17	18
Лекції	2	2	2	2														
Практ. роботи	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	4	4	4
Лаб. роботи																		
Сам. робота	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	4	4	4	4	4
Консультації																		
Модулі	Зм.М1																	
Контроль по модулю																		к

4.

Лекції.

Тема 1.1. Історія виникнення і розвиток пляжного волейболу у світі та Україні.

Зміст теми: Історія та розвиток пляжного волейболу у світі, історія та розвиток пляжного волейболу в Україні, сучасний стан українського пляжного волейболу, тенденції розвитку світового пляжного волейболу.

Література: [5; 7; 10; 21].

Тема 1.2. Основи техніки гри в пляжний волейбол.

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

Література: [5; 7; 10; 23-26].

Тема 1.3. Основи тактики гри в пляжний волейбол.

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

Література: [5; 7-8; 10; 23-26].

Тема 1.4. Правила гри організація та методика суддівства змагань з пляжного волейболу. Надання першої (долікарської) допомоги під час занять спортивними іграми (волейбол).

Зміст теми: значення та види змагань, організація та планування змагань, суддівство змагань, судді, їх обов'язки офіційні жести та сигнали. Надання першої (долікарської) допомоги під час занять спортивними іграми (волейбол).

Література: [5-7; 10; 23-26; 28].

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 пляжного волейболу у світі та Україні;
 - класифікацію техніки і тактики пляжного волейболу;
 - методику навчання техніки і тактики гри у пляжний волейбол;
 - заходи попередження травматизму на заняттях зі спортивних ігор;
 - форми та методи контролю та самоконтролю на заняттях зі спортивних ігор;
 - особливості проведення занять з пляжного волейболу 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 пляжного волейболу;
 - вимоги до інтенсивності та величини навантажень на заняттях з пляжного волейболу;
 - 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;
 - організовувати 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 пляжному волейболі, 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 пляжному волейболі.

Задачі та зміст роботи:

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

Література: [1; 3; 12-14].

Практичне заняття № 2. Тема 1.2. Вдосконалення переміщення, розвиток СФП швидко-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 пляжному волейболі.

Задачі та зміст роботи:

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

Література: [14-16].

Практичне заняття № 3. Тема 1.3. Методика навчання передачі м'яча двома руками зверху. Вдосконалення переміщення гравця по майданчику.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті теоретичного вивчення матеріалу дисципліни, практичні поради при навчанні техніки виконання верхньої та нижньої прийом-передачу м'яча. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Вдосконалення пересування, стійок та переміщень у пляжному волейболі.
2. Загально-розвиваючі вправи у русі, спеціально-фізична підготовка волейболіста.
3. Методика навчання передачі м'яча двома руками зверху.

Література: [14-18].

Практичне заняття № 4. Тема 1.4. Вдосконалення передачі м'яча двома руками зверху. Методика навчання нижньої прийом-передачі м'яча у пляжному волейболі.

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

Задачі та зміст роботи:

1. Методика навчання передачі м'яча двома руками знизу.
2. Загально-розвиваючі вправи з волейбольним м'ячем, спеціально-фізична підготовка волейболіста.
3. Вдосконалення верхньої передачі м'яча у пляжному волейболі.

Література: [2; 4; 7; 9].

Практичне заняття № 5. Тема 1.5. Вдосконалення нижньої прийом-передачі м'яча в парах, трійках. Рухлива гра «Перекинь м'яч».

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

Задачі та зміст роботи:

1. Загально-розвиваючі вправи з волейбольним м'ячем, спеціально-фізична підготовка волейболіста.
2. Вдосконалення нижньої прийом-передачі м'яча.
3. Розвиток спритності, координації.

Література: [2; 4; 7; 9; 11].

Практичне заняття № 6. Тема 1.6. Вдосконалення переміщень гравців по майданчику. Вдосконалення нижньої прийом-передачі м'яча. Методика навчання нижньої прямої подачі.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті теоретичного вивчення матеріалу дисципліни, практичні поради при навчанні техніки виконання верхньої та нижньої прийом-передачі м'яча, нижньої прямої подачі м'яча. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Загально-розвиваючі вправи зі скакалкою, спеціально-фізична підготовка волейболіста.
2. Вдосконалення нижню прийом-передачу м'яча.
3. Методика навчання нижньої прямої подачі м'яча.
4. Розвиток спритності, координації.

Література: [2; 4; 7; 9; 11; 19-20].

Практичне заняття № 7. Тема 1.7. Вдосконалення переміщень гравців по майданчику. Вдосконалення нижньої прийом-передачі м'яча. Методика навчання нижньої і верхньої прямої подачі м'яча.

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 волейболіста.
 2. Вдосконалення нижньої прийом-передачі м'яча.
 3. Методика навчання нижньої та верхньої прямої подачі м'яча.
 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 нижньої прийом-передачі м'яча в стрибку. Вдосконалення передачі м'яча знизу, нижньої та верхньої прямої подачі м'яча.

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 волейболіста.
 2. Методика навчання нижньої прийом-передачі м'яча в стрибку.
 3. Вдосконалення нижньої прийом-передачі м'яча, верхньої та нижньої прямої подачі м'яча.
 4. Розвиток спеціальної швидкості.
- Література: [2-3; 5-11; 16-17].

Практичне заняття № 9. Тема 1.9. Сприяння розвитку спеціальної витривалості. Методика навчання прямого нападаючого удару (по ходу свого розбігу). Правила (нападаючого удару). Вдосконалення нижньої та верхньої подачі м'яча.

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 волейболіста.
 2. Методика прямого нападаючого удару (по ходу свого розбігу).
 3. Вдосконалення передачі другої передачі м'яча у пляжному волейболі.
 4. Розвиток спеціальної витривалості.
- Література: [2-3; 5-11; 16-17; 21-22].

Практичне заняття № 10. Тема 1.10. Методика навчання одиночного блокування. Правила блокування. Вдосконалення передачі м'яча в колонах через сітку, верхньої і нижньої прямої подачі, прямого нападаючого удару. Сприяти розвитку стрибучості.

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

Задачі та зміст роботи:

1. Загально-розвиваючі вправи у парах, спеціально-фізична підготовка волейболіста.
2. Методика навчання одиночного блокування. Правила блокування.

3. Вдосконалення передачі м'яча в колонах через сітку, верхньої і нижньої прямої подачі, прямого нападаючого удару.

4. Розвиток стрибучості.

Література: [2-3; 5-11; 16-17].

Практичне заняття № 11. Тема 1.11. Методика навчання обманного удару. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в пляжний волейбол. Сприяння розвитку спеціальної сили. Навчально-тренувальна гра.

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

Задачі та зміст роботи:

1. Загально-розвиваючі вправи з гімнастичною палицею, спеціально-фізична підготовка у пляжному волейболі.

2. Методика навчання обманного удару.

3. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в пляжний волейбол: верхня та нижня передача м'яча, верхня і нижня подача м'яча, атакуючий удар, одиночне блокування.

4. Розвиток спеціальної сили.

Література: [2-3; 5-11; 16-17].

Практичне заняття № 12. Тема 1.12. Вдосконалення одиночного блокування. Методика суддівства пляжного волейболу. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в пляжному волейболі. Сприяти розвитку стрибковій витривалості. Навчально-тренувальна гра.

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

Задачі та зміст роботи:

1. Загально-розвиваючі вправи з гімнастичною палицею, спеціально-фізична підготовка волейболіста.

2. Вдосконалення одиночного блокування.

3. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в волейбол: верхня та нижня передача м'яча, верхня і нижня подача м'яча, атакуючий удар, одиночне блокування.

4. Розвиток стрибкової витривалості.

Література: [2-3; 5-11; 16-17].

Практичне заняття № 13. Тема 1.13. Методика навчання індивідуальних тактичних дій в нападі. Методика суддівства. Вдосконалення раніше вивчених

прийомів техніки гри. 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 волейболіста.

2. Методика навчання індивідуальним тактичним діям у нападі.

3. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в пляжному волейболі: нижня передача м'яча, верхня і нижня подача м'яча, атакуючий удар, одиночне блокування.

4. Розвиток швидкісній витривалості.

Література: [2-3; 5-11; 16-17].

Практичне заняття № 14. Тема 1.14. Методика навчання індивідуальним тактичним діям у захисті. Вдосконалення прийомів техніки гри, переміщень, передачі і прийому м'яча, нападаючого удару. Вивчення правил пляжного волейболу. 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 волейбольним м'ячем, спеціально-фізична підготовка волейболіста.

2. Методика навчання індивідуальним тактичним діям у захисті. Правила пляжного волейболу.

3. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри: нижня передача м'яча, верхня і нижня подача м'яча, атакуючий удар, одиночне блокування.

4. Практика суддівства.

Література: [2-3; 5-11; 16-17].

Практичне заняття № 15. Тема 1.15. Методика навчання та ознайомлення з індивідуальними та груповими взаємодіями в нападі у пляжному волейболі. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри: приймання подачі, блокування нападаючого удару. 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 пляжному волейболі. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Загально-розвиваючі вправи на місці, спеціально-фізична підготовка волейболіста.

2. Методика навчання та ознайомлення з індивідуальними та груповими тактичними взаємодіями в нападі у пляжному волейболі.

3. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри: приймання подачі, блокування нападаючого удару.

4. Навчально-тренувальна гра.

Література: [2-3; 5-11; 16-17].

Практичне заняття № 16. Тема 1.16. Методика навчання та ознайомлення з індивідуальними та груповими тактичними взаємодіями в захисті у пляжному волейболі. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри: приймання подачі, блокування нападаючого удару. Навчально-тренувальна гра.

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

Задачі та зміст роботи:

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

2. Методика навчання та ознайомлення з індивідуальними та груповими тактичними взаємодіями в захисті у пляжному волейболі.

3. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри: приймання подачі, блокування нападаючого удару.

4. Навчально-тренувальна гра.

Література: [2-3; 5-11; 16-17].

Практичне заняття № 17. Тема 1.17. Методика навчання тактики подачі у пляжному волейболі. Навчальна гра з додатковим завданням.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті практичних занять, практичні поради при навчанні тактики подачі у пляжному волейболі. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

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

2. Методика навчання тактики подачі у пляжному волейболі.

3. Навчальна гра з додатковим завданням.

Література: [2-3; 5-11; 16-17].

Практичне заняття № 18. Тема 1.18. Споруди, обладнання, правила та жести суддів у пляжному волейболі. Ведення протоколу.

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

Задачі та зміст роботи:

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

Практичне заняття № 19. Тема 1.19. Методика навчання суддівства. Вдосконалення виконання техніко-тактичних дій в навчально-тренувальних іграх.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті практичних занять, методика навчання суддівства. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Загально-розвиваючі вправи з тенісним м'ячем, спеціально-фізична підготовка волейболіста.
 2. Методика навчання суддівства.
 3. Вдосконалення виконання техніко-тактичних дій в навчально-тренувальних іграх.
- Література: [2-3; 5-11; 16-17].

Практичне заняття № 20. Тема 1.20. Методика проведення занять з пляжного волейболу. Підготувати та провести комплекс вправ на запропоновані теми.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті практичних занять, методика проведення практичних занять з пляжного волейболу. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Проведення фрагменту практичного заняття з пляжного волейболу.
 2. Написання плану-конспекту заняття.
 3. Складання контрольних нормативів (нижня передача м'яча в парах через сітку).
 4. Навчально-тренувальна гра.
- Література: [2-3; 5-11; 16-17].

Практичне заняття № 21. Тема 1.21. Методика проведення занять з пляжного волейболу. Підготувати та провести комплекс вправ на запропоновані теми.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті практичних занять, методика проведення практичних занять з пляжного волейболу. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Проведення фрагменту практичного заняття з пляжного волейболу.
2. Написання плану-конспекту заняття.
3. Складання контрольних нормативів (нижньої передачі м'яча в стіну).
4. Навчально-тренувальна гра. Суддівство гри. Ведення протоколу.

Література: [2-3; 5-11; 16-17].

Практичне заняття № 22. Тема 1.22. Методика проведення занять з волейболу. Підготувати та провести фрагмент практичного заняття з пляжного волейболу.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті практичних занять, методика проведення практичних занять з пляжного волейболу. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Проведення фрагменту практичного заняття з пляжного волейболу.
2. Написання плану-конспекту заняття.
3. Складання контрольних нормативів (верхня та нижня пряма подача м'яча).
4. Навчально-тренувальна гра. Суддівство гри. Ведення протоколу.

Література: [2-3; 5-11; 16-17].

Практичне заняття № 23. Тема 1.23. Методика проведення занять з волейболу. Підготувати та провести фрагмент практичного заняття.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті практичних занять, методика проведення практичних занять з пляжного волейболу. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Проведення фрагменту практичного заняття з пляжного волейболу.
2. Написання плану-конспекту заняття.
3. Навчально-тренувальна гра. 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 пляжному волейболі. Організація та проведення змагань з пляжного волейболу.
2. Історія виникнення і етапи розвитку гри в пляжний волейбол.
3. Історія розвитку пляжного волейболу в Україні.
4. Основні правила гри в пляжний волейбол.
5. Ігровий майданчик та обладнання для гри в пляжний волейбол.
6. Склад суддівської бригади і обов'язки суддів для проведення змагань з пляжного волейболу.
7. Пляжний волейбол в Україні на сучасному етапі.
8. Відбір дітей до занять з пляжного волейболу.
9. Тенденції розвитку пляжного волейболу у XX-XXI століттях. Видатні світові та українські «пляжники».
10. Вимоги до змісту, методики проведення підготовчої, основної та заключної частини під час занять пляжним волейболом.
11. Методика навчання технічним прийомам гри у пляжний волейбол.
12. Методика навчання тактичним прийомам гри у пляжний волейбол.
13. Індивідуальні та групові тактичні дії волейболістів у нападі.
14. Індивідуальні та групові тактичні дії волейболістів у захисті.
15. Сучасні технічні засоби навчання техніки гри у пляжний волейбол.
16. Контроль змагальної діяльності у пляжному волейболі.
17. Засоби та методи тренування у пляжному волейболі.
18. Історичні аспекти розвитку пляжного волейболу на Донеччині (або іншому регіоні за вибором).
19. Сучасні інформаційні технології, що використовуються в навчально-тренувальному процесі з юними волейболістами.
20. Пляжний волейбол у системі фізичного виховання дітей і підлітків.
21. Етапи, цілі та задачі психологічної підготовки спортсменів у волейболі.
22. Етапи, цілі та задачі інтегральної підготовки спортсменів у волейболі.
23. Основи методики розвитку силових якостей волейболістів.
24. Основи методики розвитку швидкості у волейболістів.
25. Основи методики розвитку спеціальної витривалості волейболістів.
26. Основи методики розвитку гнучкості волейболістів.
27. Основи методики розвитку координаційних здібностей волейболістів.
28. Основи методики розвитку стрибучості волейболістів.
29. Контроль у пляжному волейболі і методика його проведення.
30. Тестування загальної та спеціальної фізичної підготовленості волейболіста.
31. Тестування технічної підготовленості волейболіста.
32. Профілактика травматизму у пляжному волейболі.

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 пляжного волейболу» – 100 балів. При оцінюванні знань здобувачів з навчальної дисципліни «Теорія і методика викладання пляжного волейболу» формується з таких контрольних точок: тестування або письмова, усна відповідь, складання контрольних нормативів та самостійна робота проводиться протягом семестру. (див. табл. 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)	10	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.	10	4-10 заняття
3.	Здача контрольних нормативів	1. Нижня передача м'яча через волейбольну сітку (20 разів у парі).	20	10-20 заняття
		2. Нижня передача м'яча в стіну (20 разів у парі).	20	10-20 заняття
		3. Пряма подача м'яча (5 верхніх прямих, 5 нижніх прямих) у задану зону (1-6-5).	20	10-20 заняття
4.	Проведення частини заняття за вибором викладача.	По завданню викладача	20	20-23 заняття
5.	Тестування	Відповідь на тестування	20	10-20 заняття
Поточна успішність			100	

Таблиця 2

Система оцінки реферату з дисципліни «Теорія і методика викладання пляжного волейболу».

№	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

Для отримання позитивної оцінки з заліку в цілому студент повинен мати кількість балів, не менше встановленого мінімуму для кожної контрольної точки (55 балів). Студент, який склав усі контрольні точки і набрав 55 і більше балів з кожного контролю на початок сесії, має право отримати підсумкову оцінку без складання заліку. Підсумковий контроль 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 пляжного волейболу».

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 пляжного волейболу в Україні та світі.
2. Опрацювання теоретичного матеріалу, з методики розвитку фізичних якостей.
3. Опрацювання теоретичного матеріалу, з методики розвитку спеціальної фізичної підготовки в пляжному волейболі.
4. Опрацювання теоретичного матеріалу, вивчити структурну характеристику виконання та проаналізувати методики вивчення та вдосконалення технічних прийомів у пляжному волейболі.
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 пляжного волейболу.

9. Рекомендована література

Основна

1. Вієра Б. Л. Волейбол. Кроки до успіху: пер. с англ. / Барбара Л. Вієра, Бонні Джілл Фергюсон. М: Астрель, 2006. 161 с.
2. Волейбол: Зразкова програма спортивної підготовки для спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву (етапи спортивного вдосконалення), шкіл вищої спортивної майстерності. М: Радянський спорт, 2004. 96 с.
3. Кічук С.Ф. Методичні аспекти навчання техніки гри у волейбол / С.В. Кічук. Тернопіль: ТНПУ, 2004. 59 с.
4. Клещов Ю.М. Волейбол / Ю.М. Кліщов. М.: Фізкультура та спорт, 2005. 400 с.
5. Козак Є.П. Методика вдосконалення техніко-тактичних дій волейболістів: навчально-методичний посібник / Є.П. Козак, М.В. Прозар. Кам'янець-Подільський: ПП Буйницький О.А., 2008. 152 с.
6. Костюков В.В. Пляжний волейбол: Методичний збірник Всеросійської федерації волейболу / за загальною редакцією В.В. Костюкова, В.В. Нирки. - Москва: ВФВ, 2011. 84 с.
7. Кунянский В. А. Волейбол: о деяких аспектах гри та судійства / В.А. Кунянский. М.: ТВТ Дивизион, 2009. 72 с.
8. Піменов М.П. Волейбол. Спеціальні вправи / М.П. Піменов. Івано-Франківськ: Лілея НВ, 2001. 196 с.
9. Піменов М.П. Пляжний волейбол: навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності / М.П. Піменов, І.М. Тищенко. - Київ, 2003. 156 с.
10. Пляжний волейбол. Педагогічне, медико-біологічне та психологічне супроводження підготовки спортсменів (вітчизняний та зарубіжний досвід): Методичний збірник / В. В. Нірка, Є. А. Шамбер, В. В. Костюков та ін. - М: ВФВ, 2011. - 84 с.
11. Прозар М.В. Теорія і методика викладання спортивних ігор: навчально-методичний посібник [для факульт. фіз. вих. і сп. вищих навч. закладів III-IV рівнів акредитації] / М.В. Прозар, В.В. Слюсарчук, М.В. Зубаль, С.М. Телебей. Кам'янець-Подільський: ТОВ «Друкарня Рута», 2014. 198 с.
12. Пустовалов В.О. Волейбол (теорія та методика навчання): навчальном методичний посібник / В.О. Пустовалів. - Черкаси, 2011. - 65 с.
13. Різновиди волейболу [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.sportradar.ru/article/raznovidnosti-volejbola.html>
14. Спортивні ігри волейбол/ [Є.П. Козак, І.О. Кірілов, Е.Л. Левицький та ін.] навчальний посібник / за загальною редакцією В.Ю. Хапко Кам'янець-Подільський: ППП «Лібрис», 2005. 127 с.

15. Стратій Н.В. Методика навчання техніки гри у волейбол студентів вищих навчальних закладів: Навчальний посібник / [Н.В. Стратій, О.І. Грищенко, О.Г. Істомін та ін.]. - ХНМУ, 2012. 104 с.

16. Хемберг С. Пляжний волейбол/С. Хемберг, А. Папагеоргіу. – М: Владос, 2004. 328 с.

Додаткова література

17. 80 років волейболу України. Літопис-хронологія 1925-2005 р.р. /за заг. ред. Єрмакова С.С. Київ, ФВУ. 2005. 96 с.

18. Бондаренко В.В., Ціпов'яз А.Т. Методика навчання елементів техніки волейболу. Навчально-методичний посібник. Кременчук: Методичний кабінет, 2018. 120 с.

19. Лапутін А.Н. Біомеханіка спорту (навч. посібник) / А.Н. Лапутін, В.В. Гамалій, О.А. Архипов. Київ: Олімпійська література, 2005. 320 с.

20. Мурза В.П. Фізична реабілітація (навч. посібник) / В.П. Мурза. К.: МНТУ. 2004. 556 с.

21. Носко М.О. Волейбол у фізичному вихованні студентів: [підручник] / М.О. Носко, О.А. Архипов, В.П. Жула. – К.: «МП Леся», 2015. – 396 с.

22. Теорія і методика фізичного виховання. Загальні основи теорії та методики фізичного виховання: підручник [в 2-х томах / за ред. Т. Ю. Круцевич]. К. : Олімпійська література, 2008. Т. 1. 391 с.

23. Тучинська Т. А., Руденко Є. В. 2 Волейбол: навчально-методичний посібник / Т. А. Тучинська, Є. В. Руденко. – Черкаси: ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 2014. – 76 с.

24. Цап І.Г. Термінологічний словник зі спортивних ігор: / І.Г. Цап, М.І. Цап. – Івано-Франківськ: НАІР, 2013. – 72 с.

25. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів: навч. посібник / Б. М. Шиян. Тернопіль : Навчальна книга Богдан, 2001. Ч. 1. 272 с.

26. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів: навч. посібник / Б.М. Шиян. Тернопіль : Навчальна книга Богдан, 2001. Ч. 2. 248 с.

27. Шнейдер В.Ю. Методика обучения игре в волейбол / В.Ю. Шнейдер. – Москва: ЧЕЛОВЕК, Олимпия, 2007. 56 с.

Електронні ресурси.

28. Офіційні правила пляжного волейболу [Електронний ресурс]. – Режим доступу: https://www.fivb.org/EN/Refereeing-Rules/Documents/FIVB-BeachVolleyball_Rules_2017-2020-RU-v01.pdf