

Донбаська державна машинобудівна академія

Кафедра фізичного виховання і спорту

Затверджую:

Декан факультету економіки і менеджменту

 Є. В. Мироненко

«___» _____ 2020 р.

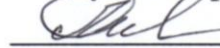
Гарант освітньо-професійної програми, к.п.н., старший викладач

 Ю. О. Долинний

«___» _____ 2020 р.

Розглянуто і схвалено на засіданні кафедри фізичного виховання і спорту
Протокол № 21 від 27.08.2020 р.

Завідувач кафедри

 О. М. Олійник

«___» _____ 2020 р.

Робоча програма навчальної дисципліни

«Теорія і методика викладання спортивних ігор
(волейбол)»

галузь знань 01 Освіта / Педагогіка

спеціальність 017 Фізична культура і спорт

ОПП «Фізична культура і спорт»

Освітній рівень перший (бакалаврський)

Факультет економіки і менеджменту

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

Краматорськ – 2020 р.

1. Опис навчальної дисципліни

Показники			Галузь знань, напрям 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	Дисципліна вільного вибору		
3	3	3				
Загальна кількість годин						
90	90	90				
Модулів – 1			Професійна кваліфікація: бакалавр з фізичної культури і спорту	Рік підготовки		
Змістових модулів – 1				2	2	2
Індивідуальне навчально-дослідне завдання – підготовка реферату.				Семестр		
				3	3	3
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		
				52/	52/	52/
				Самостійна робота		
				30	30	30
				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 спортивних ігор (волейбол)» 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 волейболу.

Міждисциплінарні зв'язки: теорія і методика викладання легкої атлетики, теорія і методика викладання гімнастики, теорія і методика викладання рухливих

ігор, теорія та методика фізичного виховання, анатомія людини, фізіологія людини, олімпійський і професійний спорт.

Метою дисципліни є: формування у студентів знань з історії сучасного стану розвитку волейболу, основних правил гри, оволодіння технічними прийомами та тактичними діями гри в волейбол, набуття необхідних знань, вмінь і навичок для самостійної педагогічної й організаційної роботи в різних ланках фізкультурно-спортивної діяльності.

Завдання дисципліни:

- сформувати знання про історію розвитку волейболу;
- опанувати необхідні знання та практичні вміння у виконанні технічних прийомів і тактичних дій у волейболі;
- навчити студентів методично та грамотно навчати технічним прийомам і тактичним діям у волейболі;
- опанувати знання про правила гри в волейболі та вміння судити гру;
- ознайомити з організацією та проведенням змагань з 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 волейболу у світі та Україні;
- класифікацію техніки і тактики волейболу;
- методику навчання техніки і тактики гри у волейбол;
- заходи попередження травматизму на заняттях зі спортивних ігор;
- форми та методи контролю та самоконтролю на заняттях зі спортивних ігор;
- особливості проведення занять з 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 волейболу;
- вимоги до інтенсивності та величини навантажень на заняттях з 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 працювати в команді;
- здатність планувати та управляти часом;
- здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово;
- здатність бути критичним і самокритичним;
- здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів);
- здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

Фахові компетентності спеціальності (ФКС):

- здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення;
- здатність зміцнювати здоров'я людини завдяки використанню рухової активності, раціонального харчування, здорового способу життя;
- здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар;
- здатність до безперервного професійного розвитку;
- здатність застосовувати знання про мету, завдання, принципи, засоби, методи та структуру підготовки спортсменів в обраному виді спорту;
- здатність залучати дітей до занять обраним видом спорту, здійснювати планування та реалізацію тренувального процесу на першій стадії багаторічної підготовки спортсменів в обраному виді спорту.

Програмні результати навчання (ПРН):

- студент здатний показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення;
- студент здатний здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань;
- студент здатний використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості;
- студент здатний застосовувати знання, вміння та навички для ефективного проведення тренувальних занять зі спортсменами з урахуванням їх вікових, статевих та індивідуальних особливостей, рівня підготовленості та закономірностей становлення спортивної майстерності в обраному виді спорту.

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	2	2	2	2	2
Лаб. роботи																		
Сам. робота	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1
Консультації																		
Модулі	Зм.М1																	
Контроль по модулю																		к

4.Лекції.

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

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

Література: [5; 7; 10; 21].

Тема 1.2. Основи техніки гри в волейбол.

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

Література: [5; 7; 10; 23-27].

Тема 1.3. Основи тактики гри в волейбол.

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

Література: [5; 7-8; 10; 23-27].

Тема 1.4. Правила гри організація та методика суддівства змагань з волейболу.

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

Література: [5-7; 10; 23-27; 29].

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

Задачі та зміст роботи:

1. Методика вивчення стійок та переміщення у 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 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 волейболі.

Задачі та зміст роботи:

1. Вдосконалення пересування, стійок та переміщень у волейболі.
2. Загально-розвиваючі вправи у русі, спеціально-фізична підготовка волейболіста.
3. Розвиток швидкісно-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. 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-передачу м'яча. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Вдосконалення пересування, стійок та переміщень у 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.

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 волейболі.

Література: [2; 4; 7; 9].

Практичне заняття № 5. Тема 1.5. Вдосконалення верхню та нижню прийом-передачу 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 верхню та нижню прийом-передачу м'яча.
3. Розвиток спритності, координації.

Література: [2; 4; 7; 9; 11].

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

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 верхню та 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 верхньої та 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 верхньої та 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 передачі м'яча назад за голову Методика навчання передачі м'яча назад за голову та в стрибку. Вдосконалення передачі м'яча знизу і зверху, 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 передачі м'яча назад за голову та в стрибку.
 3. Вдосконалення верхньої та 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. Вдосконалення передачі м'яча в стрибку і за голову.

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 м'яча назад за голову та в стрибку.
 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 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 волейболіста.
 2. Методика навчання обманного удару.
 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 спеціальної сили.
- Література: [2-3; 5-11; 16-17].

Практичне заняття № 12. Тема 1.12. Методика навчання групового блокування. Методика суддівства I і II судді. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в волейбол. 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. Методика навчання групового 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 в волейбол. 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 волейбол: верхня та 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 в волейбол: верхня та 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 індивідуальних дій ліберо. Закріплення та удосконалення приймання подачі, блокування нападаючого удару. Рухливі ігри та естафети.

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

Задачі та зміст роботи:

1. Загально-розвиваючі вправи з тенісним м'ячем, спеціально-фізична підготовка волейболіста.

2. Методика навчання індивідуальних дій ліберо. Правила пляжного волейболу.

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

Література: [2-3; 5-11; 16-17].

Практичне заняття № 16. Тема 1.16. Методика навчання та ознайомлення індивідуальними, груповими та командними тактичними взаємодіями в нападі у волейболі. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в волейбол: 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 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 індивідуальними, груповими та командними тактичними взаємодіями в нападі у волейболі.

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

4. Навчально-тренувальна гра.

Література: [2-3; 5-11; 16-17].

Практичне заняття № 17. Тема 1.17. Методика навчання та ознайомлення з індивідуальними, груповими та командними тактичними взаємодіями в захисті у волейболі. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в волейбол: 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 захисті у 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 індивідуальними, груповими та командними тактичними взаємодіями в захисті у волейболі.

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

4. Навчально-тренувальна гра.

Література: [2-3; 5-11; 16-17].

Практичне заняття № 18. Тема 1.18. Удосконалення тактики володіння м'ячем в нападі в волейболі. 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 волейболіста.

2. Удосконалення тактики володіння м'ячем в нападі в волейболі..

3. Навчальна гра з додатковим завданням.

Література: [2-3; 5-11; 16-17].

Практичне заняття № 19. Тема 1.19. Споруди, обладнання, правила та жести суддів у волейболі. Ведення протоколу.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті практичних занять, ознайомлення з волейбольним обладнанням, правилами та жестами суддів у 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 волейболі.

3. Методика ведення протоколу.

Література: [2-3; 5-11; 16-17].

Практичне заняття № 20. Тема 1.20. 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 № 21. Тема 1.21. Методика проведення занять з волейболу. Підготувати та провести комплекс вправ на запропоновані теми.

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

Задачі та зміст роботи:

1. Проведення фрагменту практичного заняття з волейболу.
2. Написання плану-конспекту заняття.
3. Складання контрольних нормативів (верхня передача м'яча в парах).
4. Навчально-тренувальна гра.

Література: [2-3; 5-11; 16-17].

Практичне заняття № 22. Тема 1.22. Методика проведення занять з волейболу. Підготувати та провести комплекс вправ на запропоновані теми.

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

Задачі та зміст роботи:

1. Проведення фрагменту практичного заняття з волейболу.
2. Написання плану-конспекту заняття.
3. Складання контрольних нормативів (нижньої передачі м'яча в парах).
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 з волейболу.

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

Задачі та зміст роботи:

1. Проведення фрагменту практичного заняття з 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 № 24. Тема 1.24. 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 волейболу. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Проведення фрагменту практичного заняття з волейболу.
 2. Написання плану-конспекту заняття.
 3. Складання контрольних нормативів (верхня та нижня передача м'яча біля стіни).
 4. Навчально-тренувальна гра. Суддівство гри. Ведення протоколу.
- Література: [2-3; 5-11; 16-17].

Практичне заняття № 25. Тема 1.25. Методика проведення змагань, організація змагань. Методика суддівства у волейболі.

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

Задачі та зміст роботи:

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

Практичне заняття № 26. Тема 1.26. Методика проведення змагань, організація змагань. Методика суддівства у волейболі. Ведення протоколу

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

Задачі та зміст роботи:

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

6. Перелік індивідуальних і контрольних завдань

Тематика рефератів

1. Сучасні види волейболу: різновиди спортивної гри та рекреаційні. Види волейболу.
2. Використання інвентарю та обладнання в волейболі. Організація та проведення змагань з волейболу.
3. Тенденції розвитку волейболу у XX-XXI століттях. Видатні світові та українські волейболісти.
4. Вимоги до змісту та методики проведення підготовчої частини. Занять руховою активністю. Методи і засоби організації підготовчої частини. Під час занять волейболом.

5. Вимоги до змісту та методики проведення основної частини занять руховою активністю. Методи і засоби організації основної частини під час занять волейболом.

6. Вимоги до змісту та методики проведення заключної частини занять руховою активністю. Види та характеристика відновлювальних заходів.

7. Класифікація, характеристика та види технічних прийомів волейболістів.

8. Технічні прийоми в волейболі: основи навчання техніці нападаючого удару та техніці блоку.

9. Етапи, цілі та задачі психологічної підготовки спортсменів у волейболі.

10. Етапи, цілі та задачі інтегральної підготовки спортсменів у волейболі.

11. Основи методики розвитку силових якостей волейболістів.

12. Основи методики розвитку швидкості у волейболістів.

13. Основи методики розвитку спеціальної витривалості волейболістів.

14. Основи методики розвитку гнучкості волейболістів.

15. Основи методики розвитку координаційних здібностей волейболістів.

16. Основи методики розвитку стрибучості волейболістів.

17. Методики аеробного тренування.

18. Методики стрейчингу.

19. Методики анаеробного тренування.

20. Методики силового тренування.

21. Методи відновлення працездатності.

22. Рухова активність осіб із захворюванням органів дихання.

23. Рухова активність осіб з порушенням опорно-рухового апарату.

24. Функціональна активність людини. Поняття працездатності людини.

25. Фізіологічна характеристика втоми і відновлення. Види стомлення і відновлення.

26. Загальна і спеціальна фізична підготовка, їх цілі та завдання.

27. Форми самостійних занять. Зміст самостійних занять.

28. Функціональні проби в стані спокою. Функціональні проби і тести з фізичним навантаженням.

29. Види і зміст педагогічного контролю. Самоконтроль, його зміст. Щоденник самоконтролю.

30. Основи навчання техніці нападаючого удару у волейболі.

31. Етапи, цілі та задачі інтегральної підготовки спортсменів у волейболі. Основи навчання техніці блоку у волейболі.

32. Основи методики розвитку силових якостей волейболістів.

33. Основи методики розвитку швидкості волейболістів.

34. Основи методики розвитку спеціальної витривалості волейболістів.

35. Основи методики розвитку гнучкості волейболістів.

36. Основи методики розвитку координаційних здібностей волейболістів.

37. Основи методики розвитку стрибучості волейболістів.

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 (волейбол)» – 100 балів.

Складові рейтингу з дисципліни «Теорія і методика викладання спортивних ігор (волейбол)» наведені в таблиці 1.

Таблиця 1

Порядок оцінювання результатів навчання.

	Контрольні точки	Характеристика	Бали	Термін виконання
1.	Самостійна робота 1	Написання реферату за обраною темою. (див. табл. 2)	0-10	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.	0-10	4-10 заняття
3.	Здача контрольних нормативів	1. Верхня передача м'яча через волейбольну сітку (20 разів у парі).	0-10	15-30 заняття
		2. Нижня передача м'яча через волейбольну сітку (20 разів у парі).	0-10	15-30 заняття
		3. Пряма подача м'яча (5 верхніх прямих, 5 нижніх прямих) у задану зону (1-6-5).	0-20	15-30 заняття
		4. Верхня та нижня передача м'яча біля стіни (20 разів).	0-20	15-30 заняття
4.	Проведення частини заняття за вибором викладача.	По завданню викладача	0-10	35-52 заняття
5.	Тестування	Відповідь на тестування	0-10	40-52 заняття
Поточна успішність			100	

Підсумковий контроль здійснюється за шкалою ECTS (табл. 3). Студент, який отримав за всі контрольні завдання не менше 55 балів, за його бажанням може бути звільнений від залікового іспиту.

Таблиця 2

Система оцінки реферату з дисципліни «Теорія і методика викладання спортивних ігор (волейбол)».

№	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

Таблиця 3

Система оцінки знань з курсу «Теорія і методика викладання спортивних ігор (волейбол)».

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

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.

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 волейболу в Україні та світі. Вивчити ігрову діяльність 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 волейболі.
4. Опрацювання теоретичного матеріалу, вивчити структурну характеристику виконання та проаналізувати методики вивчення та вдосконалення технічних прийомів у 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 ведення протоколу та вміти застосовувати на практиці.
9. Опрацювання теоретичного матеріалу з систем проведення змагань з волейболу.

9. Рекомендована література

Основна

1. Беляев А. В. Волейбол на уроке физической культуры / А. В. Беляев. М.: СпортАкадемПресс, 2003. 144 с.
2. Беляев А.В. Обучение технике игры в волейбол и ее совершенствование: метод. пособие / А.В. Беляев. М.: Олимпия, 2007. 56 с.
3. Виера Б. Л. Волейбол. Шаги к успеху: пер. с англ. / Барбара Л. Виера, Бонни Джилл Фергюсон. Москва: Астрель, 2006. 161 с.
4. Волейбол: Примерная программа спортивной подготовки для специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы спортивного совершенствования), школ высшего спортивного мастерства. Москва: Советский спорт, 2004. 96 с.
5. Железняк Ю. Д. Волейбол: метод. пособие / Ю. Д. Железняк, В. А. Кунянский, А.В. Чачин. М.: Терра-Спорт ; Олимпия Пресс, 2005. 112 с.
6. Клещев Ю.Н. Волейбол / Ю.Н. Клещев. М.: Физкультура и спорт, 2005. 400 с.
7. Кічук С.Ф. Методичні аспекти навчання техніки гри у волейбол / С.В. Кічук. Тернопіль: ТНПУ, 2004. 59 с.
8. Козак Є.П. Підвищення спортивної майстерності з волейболу студентів ВНЗ: методичні розробки / Є.П. Козак, П.Д. Дробний. Кам'янець-Подільський: Абетка, 2004. 64 с.
9. Козак Є.П. Підвищення спортивної майстерності з волейболу студентів ВНЗ: методичні розробки / Є.П. Козак, П.Д. Дробний. Кам'янець-Подільський: Абетка, 2002. 88 с.
10. 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.
11. Кунянский В. А. Волейбол: о некоторых аспектах игры и судейства / В. А. Кунянский. М.: ТВТ Дивизион, 2009. 72 с.
12. Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів 5-9 класи Круцевич Т.Ю. та інші. К.: Ранок, 2012. 213 с.
13. Папуша В.Г. Теорія і методика фізичного виховання у схемах і таблицях / В.Г. Папуша. Тернопіль: Підручники і посібники, 2011. 128 с.
14. Піменов М.П. Волейбол. Спеціальні вправи / М.П. Піменов. Івано-Франківськ: Лілея НВ, 2001. 196 с.
15. 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.
16. 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.

17. 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.

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

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

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

Додаткова література

21. Архипов О.А. Особливості впровадження модульно-рейтингової системи у фізичне виховання студентства / О.А. Архипов. – В наук.–метод. журналі “Теорія і практика фізичного виховання” (сб. статей), № 2. – Донецьк : ДонНУ, 2004, С. 5-14.

22. Долженко О.В. Сорбонская и Болонская декларации: Информация к размышлению / О.В. Долженко // Вестник высшей школы: 2000. № 6. С. 25-31.

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

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

25. Цільова комплексна програма “Фізичне виховання – здоров’я нації”. Наказ Президента України від 01. 09. 98 р. № 963/98.

26. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів (1 частина) / Б.М. Шиян. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 2001. 272 с.

27. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів (2 частина) / Б.М. Шиян. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 2001. 248 с.

Електронні ресурси.

28. <http://moodle.dgma.donetsk.ua/course/view.php?id=1409>

29. <http://sport.tdmu.edu.ua/wp-content/uploads/2017/03/FIVB-Volleyball-Rules-UKR.pdf> - офіційні правила волейболу.