

ЕЛЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ им. И.А. БУНИНА



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В01.02 Волейбол

Направление подготовки: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль): Физическая культура, Дополнительное образование (спортивная тренировка)

Квалификация (степень): бакалавр

Форма обучения: очная, очно-заочная

Институт: физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности

Кафедра: теории и методики физического воспитания

	очная форма	очно-заочная форма	заочная форма
Курс	4	4	
Семестр/триместр	7	11	

Лекций			
Лабораторные занятия			
Практических (семинарских) занятий	36	12	
Консультации			
Форма(ы) промежуточной аттестации	Зачет - 0,2	Зачет - 0,2	
Контроль			
Иные формы работы			

Самостоятельная работа	71,8	95,8	
------------------------	------	------	--

Всего часов: 108

Трудоемкость: 3 зачетные единицы.

Разработчик рабочей программы:

преподаватель кафедры теории и методики физического воспитания С.В.Шеменева

I. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

1.1. Цель изучения дисциплины

Целями освоения дисциплины являются:

- 1) формирование профессионально-педагогических знаний, умений и навыков, необходимых для проведения занятий по волейболу с различным контингентом занимающихся;
- 2) создание условий для достижения обучающихся уровня компетентности, позволяющих знать и применять на практике теорию и практику волейбола.

1.2. Задачи изучения дисциплины:

Задачами изучения дисциплины являются:

- 1) формирование представлений об основах методической деятельности в сфере волейбола;
- 2) освоение обучающимися методики обучения технике и тактике волейбола, развития основных физических качеств
- 3) обучение обучающихся основным техническим приемам волейбола;
- 4) обучение обучающихся профессиональной деятельности тренера-педагога по физической культуре и спорту на предметной основе волейбола;
- 5) формирование представлений о практической реализации положений теории и методики волейбола.

1.3. Место дисциплины в структуре ОПОП: реализуется в рамках части, формируемой участниками образовательных отношений блока Б1. Дисциплины (модули).

1.4. Планируемые результаты обучения по дисциплине.

Процесс изучения дисциплины «Волейбол» направлен на формирование следующих компетенций:

Код компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ПКС-2	Знать: - закономерности, принципы и уровни формирования и реализации содержания образования по дисциплине, соответствующей направленности (профилю) Физическая культура, Дополнительное образование (спортивная тренировка); - структуру, состав и дидактические единицы содержания школьного предмета по дисциплине согласно направленности (профилю) Физическая культура,	Знает: - вопросы теории в волейболе (организация занятий по волейболу; основные вопросы методики обучения и тренировки в волейболе; организация и учет учебно-тренировочной работы; организация и проведение соревнований по волейболу; учебная и тренировочная работа с детско – юношеским контингентом); - историю, современное состояние и тенденцию

	Дополнительное образование (спортивная тренировка).	развития волейбола; -технику и тактику волейбола; -правила и методику судейства по волейболу; -методику обучения технике и тактике волейбола.
	Уметь: - осуществлять отбор учебного содержания для реализации в различных формах обучения дисциплине согласно направленности (профилю) Физическая культура, Дополнительное образование (спортивная тренировка) в соответствии с дидактическими целями, возрастными особенностями обучающихся и требованиями ФГОС общего образования.	Умеет: -применять на практике полученные знания для решения педагогических, методических, организационно-управленческих задач; - осуществлять отбор учебного содержания при подготовке к занятиям по волейболу в различных формах обучения. - обучать тактическому взаимодействию; - организовать и судить соревнования по волейболу, вести протокол соревнований; - выполнять контрольные упражнения по технике игры в волейбол.
	Владеть: - предметным содержанием дисциплины согласно направленности (профилю) Физическая культура, Дополнительное образование (спортивная тренировка); - умениями отбора вариативного содержания с учетом взаимосвязи урочной и внеурочной форм обучения дисциплине согласно направленности (профилю) Физическая культура, Дополнительное образование (спортивная тренировка).	Владеет: -техникой волейбола; -тактикой волейбола; -правилами и методикой судейства по волейболу; -методикой обучения технике и тактике волейбола; -навыками составления учебной документации для учебно–тренировочных занятий; -навыками организации и проведения соревнований по волейболу.

II. СОДЕРЖАНИЕ И ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

в зачетных единицах с указанием количества академических часов,
выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам
учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Очная форма обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего	Аудиторные занятия			Сам. раб.
			ЛК	ПЗ	ЛБ	
	Раздел 1. История становления отечественного волейбола.	7,8	-	-	-	7,8
1.	Тема 1. История отечественного волейбола. Волейбол в дореволюционной России. История становления советского волейбола. Тенденции развития волейбола в современной России.	3,8	-	-	-	3,8
2.	Тема 2. История становления волейбола в Липецкой области.	4	-	-	-	4
	Раздел 2. Общие основы теории волейбола.	48	-	20	-	28
3.	Тема 3. Техника игры в волейбол.	17	-	8	-	9
4.	Тема 4. Тактика игры в волейбол.	18	-	8	-	10

5.	Тема 5. Контроль технической подготовленности волейболистов: тесты и нормативы.	2	-	2	-	-
6.	Тема 6. Организация и проведение соревнований по волейболу.	11	-	2	-	9
	Раздел 3. Содержание деятельности волейболистов.	26	-	8	-	18
7.	Тема 7. Методика развития основных физических качеств волейболистов.	13	-	4	-	9
8.	Тема 8. Основы технической подготовки волейболистов и методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол.	13	-	4	-	9
	Раздел 4. Планирование тренировочного процесса.	26	-	8	-	18
9.	Тема 9. Планирование тренировочных занятий, объемов и интенсивности нагрузки.	13	-	4	-	9
10.	Тема 10. Особенности проведения	13	-	4	-	9

	волейбола в школе.					
	Зачет	0,2				
	<i>Итого за 7 семестр</i>	108		36		71,8
	Итого:	108		36		71,8

Очно-заочная форма обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего	Аудиторные занятия			Сам. раб.
			ЛК	ПЗ	ЛБ	
	Раздел 1. История становления отечественного волейбола.	5,8	-	-	-	5,8
1.	Тема 1. История отечественного волейбола. Волейбол в дореволюционной России. История становления советского волейбола. Тенденции развития волейбола в современной России.	3,8	-	-	-	3,8
2.	Тема 2. История становления волейбола в Липецкой области.	2	-	-	-	2
	Раздел 2. Общие основы теории волейбола.	56	-	6	-	50
3.	Тема 3. Техника	19	-	4	-	15

	игры в волейбол.					
4.	Тема 4. Тактика игры в волейбол.	15	-	-	-	15
5.	Тема 5. Контроль технической подготовленности волейболистов: тесты и нормативы.	10	-	-	-	10
6.	Тема 6. Организация и проведение соревнований по волейболу.	12	-	2	-	10
	Раздел 3. Содержание деятельности волейболистов.	26	-	6	-	20
7.	Тема 7. Методика развития основных физических качеств волейболистов.	12	-	2	-	10
8.	Тема 8. Основы технической подготовки волейболистов и методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол.	14	-	4	-	10
	Раздел 4. Планирование тренировочного процесса.	20	-	-	-	20
9.	Тема 9. Планирование тренировочных занятий, объемов и интенсивности нагрузки.	10	-	-	-	10

10.	Тема 10. Особенности проведения волейбола в школе.	10	-	-	-	10
	Зачет	0,2				
	<i>Итого за 11 триместр</i>	108		12		95,8
	Итого:	108		12		95,8

Заочная форма обучения (не реализуется)

III. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Текущая аттестация проводится в форме контрольной работы, теста, реферата, творческого задания, кейса и др.

Оценочные средства.

Типовой вариант контрольной работы.

- 1) передача мяча над собой сверху двумя руками и снизу в круге диаметром 3 м (по 30 раз);
- 2) подача на точность в зоны 1 и 5 (зачтено из 5 – 3 раза);
- 3) нападающий удар из зоны 4, из зоны 2 (зачтено из 4 – 2 раза);
- 4) верхняя передача мяча через сетку в парах на удержание – 60 сек;
- 5) судейство соревнований, проводимых в ВУЗе.

Примерная тематика рефератов

1. История становления и развития отечественного волейбола.
2. Место и значение волейбола в системе физического воспитания.
3. Общая характеристика техники игры в волейбол, классификация.
4. Организация и проведение соревнований по волейболу.
5. Физическая подготовка: виды, роль и значение в волейболе.
6. Ловкость, и методика ее воспитания в волейболе.
7. Гибкость, и методика ее воспитания в волейболе.
8. Сила, и методика ее воспитания в волейболе.
9. Выносливость, и методика ее воспитания в волейболе.
10. Быстрота, и методика ее воспитания в волейболе.
11. Участие в соревнованиях – необходимое условие проверки тактической подготовки игроков и команды.
12. Индивидуальные тактические действия: в защите, в нападении.

13. Организация, планирование и учет работы волейбольной секции.
14. Формы планирования: учебный план, учебная программа.
15. Учет работы секции, формы учета и основные требования, предъявляемые к учету.
16. Применение современных средств, методов для развития специальных физических качеств волейболистов.
17. Значение спортивных соревнований и их место в учебно-тренировочном процессе.
18. Виды соревнований. Системы проведения соревнований. Оценка и учет соревнований.
19. Методика судейства соревнований. Терминология и жестикуляция. Овладение основами судейской практики.
20. Техническая подготовка в волейболе.

Промежуточная аттестация обучающихся осуществляется в форме зачета с использованием следующих оценочных материалов: вопросов к зачету.

Вопросы к зачету.

(7 семестр, очная форма/ 11 триместр, очно-заочная форма обучения)

1. Возникновение и развитие игры.
2. Общие положения спортивной тренировки (объем и интенсивность нагрузки).
3. Волейбол в СССР и России.
4. Организация и проведение соревнований по волейболу.
5. Техника перемещений. Методика обучения технике перемещений.
6. Быстрота и методика ее развития в волейболе.
7. Техника передач. Методика обучения технике передач.
8. Выносливость и методика ее развития в волейболе.
9. Техника подач. Методика обучения технике подач.
10. Методика развития скоростно-силовых качеств в волейболе.
11. Техника нападающего удара. Методика обучения технике нападающего удара.
12. Сила и методика ее развития в волейболе.
13. Техника блокирования. Методика обучения технике блокирования.
14. Ловкость и методика ее развития в волейболе.
15. Техника приема мяча снизу. Методика обучения технике приема мяча снизу.
16. Гибкость и методика ее развития в волейболе.
17. Принципы и закономерности спортивной тренировки.
18. Средства и методы тренировки в волейболе.
19. Структура тренировочного занятия.
20. Планирование спортивной тренировки (годовое, оперативное, поурочное).

IV. ПЕРЕЧЕНЬ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Основная литература

1. Фомин, Е.В. Физическое развитие и физическая подготовка юных волейболистов : учебно-методическое пособие : [12+] / Е.В. Фомин, Л.В. Булыкина, Л.В. Силаева ; под общ. ред. Е.В. Фомина. – Москва : Спорт, 2018. – 190 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=499850> (дата обращения: 01.09.2020). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-9500180-0-8. – Текст : электронный.

4.2. Дополнительная литература

1. Фетисова, С.Л. Волейбол : учебное пособие : [16+] / С.Л. Фетисова, А.М. Фокин, Ю.Я. Лобанов ; Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена. – Санкт-Петербург : Издательство РГПУ им. А.И. Герцена, 2018. – 97 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. –

URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577516> (дата обращения: 01.09.2020). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8064-2572-1. – Текст : электронный.

V. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

№ пп	Ссылка на информационный ресурс	Наименование разработки в электронной форме	Доступность
1.	http://edu.ru/	Российское образование: Федеральный портал. Включает ссылки на порталы и сайты образовательных государственных образовательные стандарты; нормативные документы; каталог экскурсий и обучающих программ.	Свободный доступ
2.	https://infourok.ru/	Инфоурок: образовательный интернет-проект России. Включает: конспекты уроков, презентации, тесты, видеоуроки и другие материалы по предметам школьной программы.	Свободный доступ
3.	http://catalog.vlgmuk.ru	Каталог образовательных Интернет - ресурсов	Свободный доступ
4.	http://lib.sportedu.ru http://www.iqlib.ru http://www.trainer.h1.ru http://lesgift.spb.ru	Российский общеобразовательный портал	Свободный доступ

--	--	--	--

VI. СОВРЕМЕННЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ БАЗЫ ДАННЫХ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ

1.	www.school.edu.ru	Российский общеобразовательный портал	Свободный доступ.
2.	www.garant.ru	Гарант.РУ – информационно-правовой портал	Свободный доступ.
3.	www.consultant.ru	Российская компьютерная справочно-правовая система	Свободный доступ
4.	http://www.biblioclub.ru	Электронно-библиотечная система (ЭБС) Университетская библиотека онлайн	Регистрация через любой университетский компьютер. В дальнейшем индивидуальный неограниченный доступ из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет
5.	www.elibrary.ru	Российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования	Свободный доступ

VII. ЛИЦЕНЗИОННОЕ И СВОБОДНО РАСПРОСТРАНЯЕМОЕ ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

При реализации учебной дисциплины применяется следующее лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

- Microsoft Windows;
- Microsoft Office;
- LibreOffice и др.

VIII. ОБОРУДОВАНИЕ И ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Учебные занятия проводятся в аудиториях, укомплектованных специализированной мебелью, в том числе стационарными или переносными техническими средствами обучения (проектор, экран, компьютер/ноутбук).

Самостоятельная работа проводится в кабинетах, оснащенных компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Предусмотрены помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования.

Спортивный комплекс: Спортивный зал: Перечень основного оборудования: гимнастические стенки, гимнастические скамейки, набор инвентаря для спортивных игр (волейбол, баскетбол, бадминтон, большой теннис), теннисные столы, зал спортивных игр (разметка на три волейбольные площадки, две баскетбольные площадки, площадка большого тенниса, площадка для мини-футбола, три площадки для бадминтона), выдвижные стойки для баскетбола.