

Документ подписан простой электронной подписью Информация о владельце: Ф.И.О. Меркулов Евгений Сергеевич	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б1.В.01.01 «Волейбол» по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки «Физическая культура»	
Дата подписания: 19.04.2021 02:35:42 Уникальный программный ключ: 39428e82d614a3cd984f917b018f0fd2c07182daabc77db685db2d16370f6e7c	

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Камчатский государственный университет имени Витуса Беринга»

Рассмотрено и утверждено  
на заседании кафедры физического воспитания  
«11» апреля 2019 г., протокол №8  
Зав. кафедрой физического воспитания  
\_\_\_\_\_ Л.А.Баранова

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### Б1.В.01.01 «Волейбол»

**Направление подготовки:** 44.03.01 Педагогическое образование  
**Направленность(профиль) подготовки:** «Физическая культура»

**Квалификация выпускника:** бакалавр

**Форма обучения:** заочная

**Курс:** 2                    **Семестр:** 3,4

**Дифференцированный зачёт:** 4 семестр

**Год набора** 2019, 2020

Петропавловск-Камчатский 2019г.

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б1.В.01.01 «Волейбол» по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки «Физическая культура»	

Рабочая программа составлена с учётом требований федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.02.2018 г. № 121, зарегистрированным в Минюсте России 15.03.2018 г. № 50362 (далее ФГОС ВО).

Разработчик(и):

Старший преподаватель кафедры физического воспитания

(Должность, кафедра)

\_\_\_\_\_ Кононова Е.Э

(Подпись)

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б1.В.01.01 «Волейбол» по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки «Физическая культура»	

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре ОП ВО
3. Планируемые результаты обучения по дисциплине
4. Содержание дисциплины
5. Тематическое планирование
6. Самостоятельная работа
7. Тематика контрольных, курсовых работ (при наличии)
8. Перечень вопросов на зачёт (дифференцированный зачёт, экзамен)
9. Учебно-методическое и информационное обеспечение
10. Формы и критерии оценивания учебной деятельности студента
11. Материально-техническая база

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б1.В.01.01 «Волейбол» по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки «Физическая культура»	

### 1. Цель и задачи освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины является - формирование систематизированных знаний в области теории и методики волейбола;

- обеспечение глубокого теоретического осмысления основ профессиональной деятельности специалиста по волейболу;

- формирование у студентов умений практической реализации полученных знаний в различных образовательных учреждениях и спортивных организациях – по месту будущей работы выпускников.

Задачи освоения дисциплины: - формирование организаторских и профессионально-прикладных умений и навыков, необходимых для успешной педагогической деятельности.

### 2. Место дисциплины в структуре ОП ВО.

Блок 1. Дисциплины (модули). Часть, формируемая участниками образовательных отношений. Для успешного освоения дисциплины студентам необходимы знания, умения, способы деятельности и компетенции, сформированные в результате изучения дисциплин: «История физической культуры и спорта», «Педагогика», «Безопасность жизнедеятельности», «Анатомия».

### 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки: УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3

Наименование категории (группы) универсальных компетенций	Код и наименование универсальной компетенции выпускника	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	<b>УК-7</b> Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК 7.1. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни. УК 7.2. Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учётом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности. УК 7.3. Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.
Совместная и индивидуальная учебная и воспитательная деятельность обучающихся	<b>ОПК-3.</b> Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованием федеральных государственных образовательных стандартов	ОПК-3.1 Устанавливает позитивные взаимоотношения с обучающимися, создаёт благоприятный психологический климат в процессе организации совместной деятельности обучающихся. ОПК-3.2 Соотносит виды адресной помощи с индивидуальными образовательными потребностями обучающихся. ОПК-3.3 Объясняет особенности применения психолого-педагогических технологий (в том числе инклюзивных), необходимых для адресной работы с различными категориями обучающихся с особыми образовательными потребностями. ОПК-3.4 Демонстрирует методы (первичного) выявления детей с особыми образовательными потребностями (аутисты, дети с синдромом дефицита внимания гиперактивностью и др.).

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б1.В.01.01 «Волейбол» по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки «Физическая культура»	

		ОПК-3.5 Организует совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, на основе разработанных моделей в соответствии с требованиями ФГОС.
Научные основы педагогической деятельности	<b>ОПК-8.</b> Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	. ОПК-8.1. Использует специальные научные знания (по профилю) в урочной и внеурочной деятельности, дополнительном образовании обучающихся. ОПК-8.2. Использует современные, в том числе интерактивные, формы и методы образовательной и воспитательной работы для осуществления проектной деятельности обучающихся, проведения лабораторных экспериментов, экскурсионной работы, полевой практики и т.п.

### Профессиональные компетенции, сформированные на основе профессиональных стандартов

Задача ПД	Объект или область знания	Код и наименование профессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции
Проектирование образовательного процесса в образовательных организациях начального общего, основного общего, среднего общего образования. Реализация образовательного процесса в образовательных организациях начального общего, основного общего, среднего общего образования.	Обучение, воспитание и развитие учащихся	<b>ПК-1.</b> Способен к проектированию программ учебных предметов в соответствии с требованиями ФГОС начального, основного и среднего общего образования	ПК-1.1. Анализирует учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психолого-педагогической и методической целесообразности использования; проектирует результаты обучения в соответствии с нормативными документами в сфере образования, возрастными особенностями обучающихся, дидактическими задачами ПК-1.2. Конструирует содержание обучения по предмету в соответствии с требованиями примерных образовательных программ по учебному предмету; программами и учебниками по преподаваемому предмету. ПК-1.3. Разрабатывает рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение.
		<b>ПК-2.</b> Готов реализовывать образовательные программы по учебным предметам в соответствии с требованиями образовательных стандартов	ПК-2.1. Планирует и осуществляет учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой, примерной образовательной программой по предмету ПК-2.2. Реализует рабочую программу учебной дисциплины; ПК-2.3. Корректирует рабочую программу учебной дисциплины для различных категорий обучающихся. Составляет план, конспект, технологическую карту учебных занятий соответствующих предметных областей, включая различные приёмы формирования познавательной мотивации обучающихся
		<b>ПК-3.</b> Способен осуществлять обучение учебному предмету на основе использования	ПК-3.1. Обосновывает выбор применения методов и технологий обучения предмету в образовательной практике, исходя из особенностей содержания учебного материала, возраста и образовательных потребностей

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б1.В.01.01 «Волейбол» по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки «Физическая культура»	

		предметных методик и современных образовательных технологий	обучаемых; ПК-3.2. Формулирует цели, определяет содержание, формы, методы, средства и прогнозирует обучение учебному предмету на основе использования предметных методик и современных образовательных технологий ПК-3.3. Организует образовательный процесс по предмету, на основе использования предметных методик и современных образовательных технологий
--	--	-------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

#### 4. Содержание дисциплины

Курс «Волейбол» включает в себя историю развития волейбола в России, зарубежных странах, Камчатки, с древнейших времен до настоящего времени, историю международного спортивного, олимпийского и параолимпийского движения. Развитие специальных способностей и качеств для успешного овладения техникой и тактикой игры. Воспитание моральных и волевых качеств. Воспитательная работа в процессе занятий волейболом. Организация и проведение спортивно- оздоровительных состязаний по данному виду спорта. Разработка полного конспекта урока с применением общеразвивающих и специальных волейбольных упражнений. Меры безопасности и страховки во время проведения занятий. Особенности занятий волейболом с учащимися специальных медицинских групп.

#### 5. Тематическое планирование

##### 3 семестр

##### Модули дисциплины

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ Семинары	Лабораторные	Сам. работа	Всего, часов
1	Волейбол	2	10	0	96	108
	<b>Всего</b>	<b>2</b>	<b>10</b>	<b>0</b>	<b>96</b>	<b>108</b>

#### Тематический план

##### Модуль 1

№	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
	<b>Лекции</b>		
1	Волейбол, как спортивно-педагогическая дисциплина в системе физического воспитания	2	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3
	<b>Практические занятия</b>		
1	Техника игры. Исходные положения (стойки)	2	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3
2	Техника игры. Перемещения	2	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3
3	Техника игры. Подачи	2	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б1.В.01.01 «Волейбол» по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки «Физическая культура»	

4	Техника игры. Передачи, удары	2	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3
5	Техника блокирования	2	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3
<b>Самостоятельная работа</b>			
1	История зарождения волейбола	9	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3
2	История развития советского волейбола	9	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3
3	Волейбол в годы Великой Отечественной войны, после военные годы	9	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3
4	Первые победы волейболистов СССР	9	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3
5	Первенство мира по волейболу, Москва, 1952 год	9	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3
6	Включение волейбола в программу Олимпийских игр 1964г. Токио	9	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3
7	Международный календарь ФИВБ	9	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3
8	Крупнейшие международные турниры и наши отечественные мемориальные соревнования	9	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3
9	История развития Камчатского волейбола	9	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3
10	Развитие волейбола с 2006 года	9	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3
11	Разновидности волейбола	6	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3

#### Тематическое планирование 4 семестр

##### Модули дисциплины

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Лабораторные	Сам. работа	Всего, часов
1	Волейбол	0	10	0	98	108
	<b>Всего</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>0</b>	<b>98</b>	<b>108</b>

#### Тематический план

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б1.В.01.01 «Волейбол» по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки «Физическая культура»	

### Модуль 1

№	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
<b>Практические занятия (семинары)</b>			
1	Тактика игры. Тактика нападения	2	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3
2	Тактика передач, обманы	2	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3
3	Тактика защиты. Блокирование, блок	2	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3
4	Приём мяча с подачи и от нападающего удара	2	
5	Страховка	2	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3
<b>Самостоятельная работа</b>			
1	ОРУ, направленные на развитие физического качества ловкости	9	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3
2	ОРУ, направленные на развитие скоростно-силовых качеств	9	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3
3	ОРУ, направленное на развитие физического качества выносливости	9	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3
4	ОРУ, направленное для развитие специальной выносливости	9	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3
5	ОРУ, с элементами меткости	9	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3
6	ОРУ, направленное на развитие прыгучести	9	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3
7	ОРУ, направленное на развитие прыжковой выносливости	9	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3
8	ОРУ, направленное на развитие силы	9	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3
9	ОРУ, направленное на развитие быстроты реакции	9	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3
10	ОРУ, направленное на развитие физического качества гибкости	9	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3



ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б1.В.01.01 «Волейбол» по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки «Физическая культура»	

11	Роль ОРУ на занятиях при обучении игры в волейбол	8	УК-7, ОПК-3, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3
----	---------------------------------------------------	---	--------------------------------------

## **6. Самостоятельная работа**

Самостоятельная работа включает две составные части: аудиторная самостоятельная работа и внеаудиторная.

Самостоятельная аудиторная работа включает выступление по вопросам семинарских занятий, выполнение практических заданий (*при наличии*).

Внеаудиторная самостоятельная работа студентов заключается в следующих формах:

- изучение литературы; осмысление изучаемой литературы;
- работа в информационно-справочных системах;
- аналитическая обработка текста (конспектирование, реферирование);
- составление плана и тезисов ответа в процессе подготовки к занятию;
- подготовка сообщений по вопросам семинарских занятий.

### **6.1. Планы практических занятий по дисциплине 3 семестр**

#### **Практическое занятие №1 Техника игры. Исходные положения (стойки)**

##### **Вопросы для обсуждения**

1. Правильная стойка волейболиста для успешного выполнения всех элементов волейбольных движений, волейбольной техники.
2. Постановка ног, кистей рук, локтей, туловища.
3. Выбор места (при подаче; при нападающем ударе; при страховке).

#### **Практическое занятие №2 Техника игры. Перемещения**

##### **Вопросы для обсуждения**

1. Шаги (приставные шаги, двойные).
2. Скачки.
3. Бег.
4. Падения (с перекатом на спину; в стороны и вперед; на бедро; перекат на грудь)
5. Прыжки.

#### **Практическое занятие №3 Техника игры. Подачи**

##### **Вопросы для обсуждения**

1. Нижняя прямая подача.
2. Нижняя боковая подача.
3. Верхняя боковая подача.
4. Верхняя прямая подача.

#### **Практическое занятие №4 Техника игры. Передачи, удары**

##### **Вопросы для обсуждения**

1. Прямой нападающий удар.
2. Боковой нападающий удар.
3. Верхняя передача.
4. Нижняя передач

#### **Практическое занятие №5 Техника игры. Блокирование.**

##### **Вопросы для обсуждения**

1. Одиночное блокирование.

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б1.В.01.01 «Волейбол» по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки «Физическая культура»	

2. Групповое блокирование.
3. Зонное блокирование, подвижное.

### **Планы практических занятий по дисциплине 4 семестр**

#### **Практическое занятие №1 Тактика игры. Нападения.**

##### **Вопросы для обсуждения**

1. Исходные положения (стойки и перемещения).
2. Выбор места (без смены места; при смене в своей линии; при смене с выходом).

#### **Практическое занятие №2 Тактика игры. Передачи, обманы.**

##### **Вопросы для обсуждения**

1. Простые передачи.
2. Передачи со сменой мест.
3. Передачи в прыжке.
4. Свободные места при обмане.

#### **Практическое занятие №3 Тактика защиты. Блокирование. Блок.**

##### **Вопросы для обсуждения**

1. Одиночный блок
2. Групповой блок (двойной, тройной).

#### **Практическое занятие №4 Приём мяча с подачи и от нападающего удара.**

##### **Вопросы для обсуждения**

1. Нападающие удары с использованием пространства (по центру; от края сетки; с задней линии).
2. Нападающие удары с использованием времени (с длинных передач; с коротких передач).

#### **Практическое занятие №5 Страховка.**

##### **Вопросы для обсуждения**

1. Страховка при выполнении нападающего удара и блока.
2. Страховка задней линии.
3. Страховка в сочетании с самостраховкой.

### **6.2. Внеаудиторная самостоятельная работа 3 семестр**

Самостоятельная работа по дисциплине предусматривает изучение теоретического материала студентами, написание конспекта урока, написание реферата в рамках этого материала, а также подготовка к сдаче экзамена.

#### **Тема 1. История зарождения волейбола.**

*Вопросы для самостоятельного изучения:*

1. Ульян Морган – отец волейбола.
2. Первоначально название волейбола (минтонет), правила игры.
3. Первые участники игры.

#### **Тема 2. История развития советского волейбола.**

*Вопросы для самостоятельного изучения:*

1. Принятие первых правил игры в волейбол.
2. Первый чемпионат страны по волейболу. Программа 1 Всесоюзной спартакиады.

#### **Тема 3. Волейбол в годы Великой Отечественной войны, послевоенные годы.**

*Вопросы для самостоятельного изучения:*

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б1.В.01.01 «Волейбол» по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки «Физическая культура»	

1. Волейбол в период 1941-1945 года.
2. Участие советских спортсменов на международной арене.
3. Создание Международной федерации волейбола(ФИВБ)-1947 год.

#### **Тема 4. Первые победы волейболистов СССР.**

*Вопросы для самостоятельного изучения:*

1. Советские волейболисты- чемпионы первого первенства мира в 1949 году
2. Сборные команды мужчин и женщин – победители первенства Европы.

#### **Тема 5. Первенство мира по волейболу, Москва, 1952год.**

*Вопросы для самостоятельного изучения:*

1. Итоги, лучшие игроки, курьезы первенства.
2. Новые технологии в волейболе.

#### **Тема 6. Включение волейбола в программу Олимпийских игр 1964 г. Токио**

*Вопросы для самостоятельного изучения:*

1. Волейбольные итоги.
2. Лучшие волейбольные игроки Олимпийских игр.

#### **Тема 7. Международный календарь ФИВБ.**

*Вопросы для самостоятельного изучения:*

1. Олимпийские турниры.
2. Чемпионаты мира, чемпионаты Европы для взрослых и молодежных команд, соревнования на Кубок Европы для клубов – чемпионов стран и Кубок обладателей Кубков стран.

#### **Тема 8. Крупнейшие международные турниры и наши отечественные мемориальные соревнования.**

*Вопросы для самостоятельного изучения:*

1. Кубок Японии и другие турниры.
2. Мемориальные соревнования памяти В.Саввина, А.Чинилина, К.Ревы , В.Щагина, Д.Ярочкина, Е .Алексеева, И.Сизых, Н.Карполь и т.д

#### **Тема 9. История развития камчатского волейбола.**

*Вопросы для самостоятельного изучения:*

1. Анатолий Таранец – один из основателей команды ДСК. Мемориал памяти «А.Таранца».
2. Команда ДСК – участница крупнейших соревнований в СССР.
3. Волейбольный клуб «Второе дыхание».

#### **Тема 10. Развитие волейбола с 2006 года.**

*Вопросы для самостоятельного изучения:*

1. Развитие волейбола в России, Бразилии, Китае, Италии, США.
2. Действующие чемпионы мира и Олимпийских игр.
3. Президенты Международной федерации волейбола.
4. Усовершенствование волейбольных правил.

#### **Тема 11. Разновидности волейбола.**

*Вопросы для самостоятельного изучения:*

1. Пляжный волейбол (бич-волей, волейбол на песке) - олимпийский вид спорта.
2. Мини-волейбол, игра для детей до 14 лет.
3. Пионербол.
4. Воллибол( стена).
5. Кертнбо.

#### **Внеаудиторная самостоятельная работа 4 семестр**

##### **Тема 1. ОРУ, направленные на развитие физического качества ловкости.**

*Вопросы для самостоятельного изучения:*

1. Комплекс физических упражнений.

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б1.В.01.01 «Волейбол» по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки «Физическая культура»	

2. Подвижные игры для развития необходимых физических качеств и их применение при обучении игры в волейбол.

**Тема 2. ОРУ, направленные на развитие скоростно-силовых качеств.**

*Вопросы для самостоятельного изучения:*

1. Комплекс физических упражнений.
2. Подвижные игры для развития необходимых физических качеств и их применение при обучении игры в волейбол

**Тема 3. ОРУ, направленные на развитие физического качества выносливости.**

*Вопросы для самостоятельного изучения:*

1. Комплекс физических упражнений.
2. Подвижные игры для развития необходимых физических качеств и их применение при обучении игры в волейбол

**Тема 4. ОРУ, направленные на развитие специальной выносливости.**

*Вопросы для самостоятельного изучения:*

1. Комплекс физических упражнений.
2. Подвижные игры для развития необходимых физических качеств и их применение при обучении игры в волейбол

**Тема 5. ОРУ с элементами меткости.**

*Вопросы для самостоятельного изучения:*

1. Комплекс физических упражнений.
2. Подвижные игры для развития необходимых физических качеств и их применение при обучении игры в волейбол

**Тема 6. ОРУ, направленные на развитие прыгучести**

*Вопросы для самостоятельного изучения:*

1. Комплекс физических упражнений.
2. Подвижные игры для развития необходимых физических качеств и их применение при обучении игры в волейбол

**Тема 7. ОРУ, направленные на развитие прыжковой выносливости.**

*Вопросы для самостоятельного изучения:*

1. Комплекс физических упражнений.
2. Подвижные игры для развития необходимых физических качеств и их применение при обучении игры в волейбол

**Тема 8. ОРУ, направленные на развитие силы.**

*Вопросы для самостоятельного изучения:*

1. Комплекс физических упражнений.
2. Подвижные игры для развития необходимых физических качеств и их применение при обучении игры в волейбол

**Тема 9. ОРУ, направленные на развитие быстроты реакции.**

*Вопросы для самостоятельного изучения:*

1. Комплекс физических упражнений.
2. Подвижные игры для развития необходимых физических качеств и их применение при обучении игры в волейбол

**Тема 10. ОРУ, направленные на развитие физических качеств гибкости.**

*Вопросы для самостоятельного изучения:*

1. Комплекс физических упражнений.
2. Подвижные игры для развития необходимых физических качеств и их применение при обучении игры в волейбол

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б1.В.01.01 «Волейбол» по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки «Физическая культура»	

## 7. Примерная тематика контрольных работ (тесты)

### Вариант №1.

1. Высота волейбольной сетки у мужчин?

1. 2.30 метра
2. 2.43 метра
3. 2.35 метра
4. 2.40 метра

2. Родина волейбола.

1. Англия
2. Россия
3. США
4. Япония

3. Сколько групп техники в волейболе?

1. Нападения
2. Защита
3. Техника владения мячом и противодействие
4. Нападения защиты

4. Почему занимающийся при выполнении разбега при нападающем ударе все время падает вперед

1. Быстрый разбег
2. Отсутствие стопорящего шага
3. Чрезмерный перегиб туловища
4. На прямых ногах

5. Сколько времени отводится занимающемуся, чтобы выполнить подачу?

1. 8 секунд
2. 7 секунд
3. 6 секунд
4. 5 секунд

6. Почему при выполнении передачи мяча двумя руками снизу, мяч у занимающегося летит за спину?

1. Прямые ноги
2. Чрезмерное поднимание рук вперед вверх
3. Отсутствие фазы амортизации
4. Ненапряженные руки

7. Почему при выполнении нападающего удара мяч летит все время в аут?

1. Отсутствие завершающего движения кистью
2. Локоть бьющей руки направлен вниз
3. Несвоевременный выход к мячу
4. Отсутствие стопорящего шага

8. Когда игрок удаляется до конца игры?

1. Предупреждение (устное)
2. Желтая карточка
3. Желтая и красная карточка
4. Красная карточка

9. Сколько раз можно подбросить мяч при подаче?

1. 1-раз
2. 2-раза
3. 3-раза
4. 4-раза

10. Коридор для подачи мяча.

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б1.В.01.01 «Волейбол» по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки «Физическая культура»	

1. 3 метра
2. 5 метров
3. 9 метров
4. 4-раза
- 11.** Когда можно выполнять нападающий удар игроку защиты из зоны нападения?
  1. Всегда
  2. Мяч находится ниже верхнего края
  3. Не заступая за линию нападения
  4. Не выпрыгивая
- 12.** Кто из женских сборных команд выиграл Олимпийские игры в Сеуле в 1988 году?
  1. Куба
  2. Китай
  3. СССР
  4. Япония
- 13.** До сколько ведется игра из 5-ти партий, если счет в партиях 2:2?
  1. До 15 очков
  2. До 20 очков
  3. До 25 очков
  4. До 30 очков
- 14.** Высота сетки у женщин?
  1. 224 метра
  2. 220 метров
  3. 210 метров
  4. 230 метров
- 15.** Почему обучение подач начинается с нижних?
  1. Простая по исполнению
  2. Сложная по исполнению
  3. Можно выполнять на прямых ногах
  4. Можно выполнять без замаха
- 16.** Перечислить разновидности нападающие удары.
  1. Прямой, боковой, скидка
  2. Скоростной, силовой, низкий
  3. Слабый, медленный, высокий
  4. Косой, силовой, обманный
- 17.** Кто придумал верхнюю и нападающую подачу?
  1. Поляки
  2. Японцы
  3. Китайцы
  4. СССР
- 18.** Сколько зависимостей при обучении передаче мяча двумя руками снизу и какие?
  1. Мяч летит с большой, средней скоростью
  2. Мяч летит со средней скоростью
  3. Мяч летит с большой скоростью
  4. Мяч летит с максимальной скоростью
- 19.** Вес мяча в волейболе?
  1. 250 грамм
  2. 275 грамм
  3. 300 грамм
  4. 320 грамм
- 20.** При каком счете дается технический перерыв?

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б1.В.01.01 «Волейбол» по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки «Физическая культура»	

1. 10; 20
2. 8; 16
3. 15; 25
4. 18; 24

### **Вариант №2**

#### **1. Состав судейской бригады на игру:**

1. Семь;
2. Шесть;
3. Пять;
4. Восемь

#### **2. Игровой состав каждой партии:**

1. Шесть;
2. Пять;
3. Семь
4. Четыре

#### **3. Родина волейбола:**

1. Италия;
2. США;
3. Германия;
4. Голландия;

#### **4. Зависимость скорости полета мяча, которую необходимо учитывать при обучении передачи двумя руками снизу.**

1. Чрезмерное поднимание рук вверх;
2. Неустойчивое положение, занимающегося, при приеме;
3. Прямые ноги;
4. Отсутствие амортизации;

#### **5. Перерывы в игре:**

1. Пять минут
2. Шесть минут
3. Две минуты
4. Одна минута

#### **6. Классификация подач:**

1. Один;
2. Два (снизу сверху);
3. Пять;
4. Семь;

#### **7. Процесс, направленный на воспитание физических качеств и развитие функциональных возможностей, создающих благоприятные условия для совершенствования всех сторон подготовки, называется:**

1. Физической подготовкой;
2. Физическим совершенством;
3. Спортивной тренировкой;
4. Учебно-тренировочным процессом

#### **8. Что является результатом выполнения силовых упражнений с большим отягощением?**

1. Повышение уровня функциональных возможностей организма;
2. Увеличение объема мышц;
3. Укрепление опорно-двигательного аппарата;
4. Быстрый рост абсолютной силы.

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б1.В.01.01 «Волейбол» по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки «Физическая культура»	

- 9.** При обучении передачи двумя руками снизу мяч летит за спину:
1. Чрезмерное поднимание рук вперед вверх
  2. Плечи наклонены вперед;
  3. Чрезмерное сгибание ног;
  4. Несоответствие скорости движения рук, скорости полета мяча;
- 10.** Почему обучение подачам начинается с нижней:
1. Сложная по исполнению;
  2. Можно выполнять на прямых ногах
  3. Можно выполнять без замаха;
  4. Простая по исполнению
- 11.** При каком счете дается технический перерыв:
1. 8, 16;
  2. 10, 20
  3. 15, 25
  4. 14, 24;
- 12.** При обучении блокирования мяч, у занимающихся, летит за спину:
1. Широко расставлены
  2. Кисти не напряжены
  3. Отсутствие переноса рук через сетку
  4. Кисти не раскрыты;
- 13.** Количество разновидностей блокирования:
1. Два (одиночное, групповое).
  2. Три.
- 14.** Макроцикл тренировочного процесса включает в себя обычно:
1. От 3 месяцев до 4 месяцев;
  2. От двух до несколько занятий;
  3. От 2 недель до 6 недель;
  4. От 6 месяцев до 1 года.
- 15.** Размер, соответствующий технике безопасности площадки при проведении соревнований:
1. 1,5 метра (минимальная);
  - 1.1 Метр;
  - 2.50 сантиметров;
  3. Отсутствие размера;
- 16.** При обучении блокирования мяч летит за спину:
1. Кисти не раскрыты;
  2. Кисти не напряжены;
  3. Кисти направлены назад;
  4. При постановке блока руки расставлены широко;
- 17.** При обучении передачи мяча двумя руками сверху мяч не летит вперед
1. Отсутствие согласованности рук, ног и туловища;
  2. Кисти нераскрыты;
  3. Нет фазы амортизации
  4. Одна из кистей находится впереди
- 18.** Количество и название замен, которое можно выполнять в одной партии?
1. (Ошибочная замена); (Вынужденная замена, замена в случае удаления); (Основные замены. Шесть неполных и три полных);
  2. 4, 6 (Качественная);
  3. 2,3 (Некачественная);
  4. 2,5 (Свободная);



ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б1.В.01.01 «Волейбол» по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки «Физическая культура»	

19. Способ исполнения передачи мяча сверху:

1. Ногой;
2. Головой;
3. Грудью;
4. Двумя руками сверху;

20. До сколько очков ведется пятая партия, если счет при окончании партии 15:15 и т.д.?

1. Счет может вестись до бесконечности, если у победителя не будет разницы в два очка
2. Четыре очка;
3. Пять очков;
4. Шесть очков

### 8. Перечень вопросов на дифференцированный зачёт

1. Краткий исторический обзор развития правил.
2. Состав судейской коллегии.
3. Состав судейской бригады на игру и их обязанности.
4. 1 судья (место нахождения, полномочия обязанности).
5. 2 судья (место нахождения, полномочия обязанности).
6. Оборудование и инвентарь.
7. Участники соревнований.
8. Замены в игре (виды замен, замены в случае удаления, ограничение замен, ошибочная замена).
9. Расстановка игроков и ошибки в ней.
10. Подача и ошибки при введении мяча в игру.
11. Блокирование и ошибки при его выполнении.
12. Нападающий удар, ошибки, связанные с выполнением его с передней и задней линии.
13. Перерывы и задержка игры.
14. Наказание в игре.
15. Судья на линиях.
16. Ошибки при выполнении передачи мяча двумя руками сверху (судейство).
17. Ошибки при выполнении передачи мяча двумя руками снизу (судейство).
18. Система розыгрыша соревнований.
19. Виды соревнований.
20. Ошибки при переходе средней линии во время игры.
21. Положение о соревнованиях, пляжный волейбол.
22. Просмотровая комиссия.
23. Методика подсчета баллов просмотровой комиссии.
24. Исторический обзор развития волейбола в мире.
25. Производные волейбола.
26. Этапы обучения в волейболе.
27. Методы, применяемые при обучении в волейболе.
28. Методика обучения передачи мяча двумя руками снизу.
29. Зависимость скорости полета мяча, которые необходимо учитывать при обучении.
30. Классификация подачи мяча двумя руками снизу.
31. Методика обучения передачи мяча двумя руками сверху.
32. Классификация передачи мяча двумя руками сверху.
33. Обучение разбегу и ошибки, возникающие при обучении.
34. Обучение ударному движению по мячу на месте.
35. Обучение ударному движению в прыжке с места.
36. Обучение нападающему удару с разбега.
37. Ошибки, возникающие при обучении н.у.

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б1.В.01.01 «Волейбол» по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки «Физическая культура»	

38. Классификация нападающего удара.
39. Методика обучения подачам.
40. Классификация подач.
41. Методика обучения индивидуальному и групповому блокированию.
42. Классификация блокирования.
43. Функции игроков в защите и нападении.
44. Система игры в защите.
45. Системы игры при приеме подач.
46. Системы игры в нападении
47. Свойства мяча и особенности траектории его полета.
48. Методика обучения тактическим приемам (индивидуальные действия в защите и нападении).
49. Общая схема классификации тактики игры в волейболе
50. Классификация тактики игры в защите.
51. Классификация тактики игры в нападении.

## 9. Учебно-методическое и информационное обеспечение

### 9.1 Основная учебная литература:

1. Спортивные игры: правила, тактика, техника: учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.]; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб, и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 322 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11314-3. — Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/sportivnye-igry-pravila-taktika-tehnika-444895](http://www.biblio-online.ru/book/sportivnye-igry-pravila-taktika-tehnika-444895)
2. Алхасов, Д. С. Методика обучения физической культуре в начальной школе в 2 ч. Часть 1: учебное пособие для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 256 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06116-1. — Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/metodika-obucheniya-fizicheskoy-kulture-v-nachalnoy-shkole-v-2-ch-chast-1-453927](http://www.biblio-online.ru/book/metodika-obucheniya-fizicheskoy-kulture-v-nachalnoy-shkole-v-2-ch-chast-1-453927)
3. Спортивные игры: правила, тактика, техника: учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.]; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб, и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 322 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11314-3. — Режим доступа: [www.biblio-online.ru/book/sportivnye-igry-pravila-taktika-tehnika-444895](http://www.biblio-online.ru/book/sportivnye-igry-pravila-taktika-tehnika-444895)
4. Спортивные игры: правила, тактика, техника: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.]; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб, и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 322 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13046-1. — Режим доступа: [www.biblio-online.ru/book/sportivnye-igry-pravila-taktika-tehnika-448840](http://www.biblio-online.ru/book/sportivnye-igry-pravila-taktika-tehnika-448840)
5. Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах: учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 160 с. — (Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-10524-7. — Режим доступа: [www.biblio-online.ru/book/fizicheskaya-kultura-i-sport-v-vuzah-430716](http://www.biblio-online.ru/book/fizicheskaya-kultura-i-sport-v-vuzah-430716)

### 9.2 Дополнительная учебная литература:

1. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры: учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб, и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 224 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04492-8. — Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/dvigatelnye-sposobnosti-i-fizicheskie-kachestva-razdely-teorii-fizicheskoy-kultury-453843](http://www.biblio-online.ru/book/dvigatelnye-sposobnosti-i-fizicheskie-kachestva-razdely-teorii-fizicheskoy-kultury-453843)
2. Евсеев, Ю. И. Физическая культура: учеб. пос. для студентов вузов - Ростов-н/Д., 2010.
3. Железняк, Ю. Д. Методика обучения физической культуре: уче, для студ.- М., 2013

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б1.В.01.01 «Волейбол» по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки «Физическая культура»	

4. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Подвижные игры: уче, для ВПО / под ред. Ю. М. Макарова. - М, 2014
5. Баранова, Л. А. Методика преподавания физической культуры в вузе: метод, разработка по курсу / Л. А. Баранова; Камч. гос. ун-т им. Витуса Беринга. - Петропавловск-Камч. : КамГУ, 2012

### 9.3 Интернет-ресурсы

1. ЭБС iprbooks.ru – электронно-библиотечная система <http://www.iprbookshop.ru>
2. ЭБС Юрайт – электронная библиотека <https://biblio-online.ru>
3. eLibrary – Научная электронная библиотека [www.elibrary.ru](http://www.elibrary.ru).
4. Сайт библиотеки КамГУ <http://bibl.kamgu.ru>

## 10 Формы и критерии оценивания учебной деятельности студента

Определение уровня достижения планируемых результатов освоения дисциплины (модуля) осуществляется посредством оценки уровня сформированности компетенции и оценки уровня успеваемости обучающегося.

### Критерии оценивания уровня сформированности компетенций и оценки уровня успеваемости обучающегося

#### Текущий контроль

Уровень сформированности компетенции	Уровень освоения дисциплины (оценка)	Форма контроля	Выполнение нормативов
		Критерии оценивания	
Высокий	Отлично	Выполнено от 91 до 100 % заданий	
Базовый	Хорошо	Выполнено от 76 до 90 % заданий	
Пороговый	Удовлетворительно	Выполнено от 50 до 75 % заданий	
Компетенции не сформированы	Неудовлетворительно	Выполнено менее 50 % заданий	

#### Промежуточная аттестация

Уровень сформированности компетенции	Уровень освоения дисциплины	Критерии оценивания обучающихся (работ обучающихся)
		ДИФФЕРЕНЦИРОВАННЫЙ ЗАЧЕТ
Высокий	отлично (зачтено)	Продемонстрированы глубокие знания программного материала, а также сформированность всех дескрипторов компетенции: знаний, умений, навыков. Применение умений и навыков, уверенное.
Базовый	хорошо (зачтено)	Продемонстрированы глубокие знания программного материала, а также успешная сформированность дескрипторов компетенции: знаний, умений, навыков. Вместе с тем, студентом допущены ошибки, имеет место пробелы в умениях и навыках.
Пороговый	удовлетворительно (зачтено)	Продемонстрированы не достаточные знания программного материала. Сформированы дескрипторы компетенции: знания, умения, навыки порогового уровня.
Компетенции не сформированы	неудовлетворительно (не зачтено)	Дескрипторы компетенции: знания, умения, навыки не сформированы (теоретические знания разрознены, умения и навыки отсутствуют) // Либо ответ на вопрос полностью отсутствует или студент отказывается от ответа (выполнения практического задания).

## 11. Материально-техническая база

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2019
Рабочая программа по дисциплине Б1.В.01.01 «Волейбол» по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки «Физическая культура»	

Помещение для самостоятельной работы, оборудованное учебной мебелью, компьютерами с подключением к сети Интернет, обеспеченным доступом в ЭИОС вуза, ЭБС Юрайт.

Спортивный оснащённый зал, оборудование и технические средства для организации и проведения учебных занятий и соревнований; оборудование и технические средства для организации и проведения практических занятий (занятий семинарского типа), текущего контроля и промежуточной аттестации.