

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
"Казанский (Приволжский) федеральный университет"
Елабужский институт (филиал)
Факультет психологии и педагогики



подписано электронно-цифровой подписью

Программа дисциплины

Теория и методика волейбола Б1.О.09.02.06

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

Профиль подготовки: Физическая культура и безопасность жизнедеятельности

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

Год начала обучения по образовательной программе: 2019

Автор(ы): Бекмансуров Р.Х.

Рецензент(ы): Петров Р.Е.

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий(ая) кафедрой: Петров Р. Е.

Протокол заседания кафедры No ___ от "___" _____ 20__ г.

Учебно-методическая комиссия Елабужского института КФУ (Факультет психологии и педагогики):

Протокол заседания УМК No ___ от "___" _____ 20__ г.

Содержание

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы
2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования
3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся
4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий
 - 4.1. Структура и тематический план контактной и самостоятельной работы по дисциплине (модулю)
 - 4.2. Содержание дисциплины
5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)
6. Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)
 - 6.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы и форм контроля их освоения
 - 6.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания
 - 6.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы
 - 6.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций
7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)
 - 7.1. Основная литература
 - 7.2. Дополнительная литература
8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (модуля)
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)
10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)
11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)
12. Средства адаптации преподавания дисциплины к потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Программу дисциплины разработал(а)(и) старший преподаватель, б/с Бекмансуров Р.Х. (кафедра теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности, факультет психологии и педагогики), RNBekmansurov@kpfu.ru

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Выпускник, освоивший дисциплину, должен обладать следующими компетенциями:

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
ОПК-5	Способен осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении
ОПК-8	Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний
ПК-1	Способен использовать психолого-педагогические, медико-биологические, организационно-управленческие знания и навыки необходимые для обучения двигательным действиям и совершенствования физических и психических качеств обучающихся
ПК-2	Способен использовать ценностный потенциал физической культуры для формирования основ здорового образа жизни, интереса и потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом
ПК-3	Готов к реализации физкультурно-рекреационных, оздоровительно-реабилитационных, спортивных, профессионально-прикладных и гигиенических задач

Выпускник, освоивший дисциплину:

Должен знать:

- основы теории и методики преподавания волейбола;
- приемы общения с занимающимися на занятиях волейболом;
- о возрастно-половых закономерностях развития двигательных способностей и формировании двигательных навыков при занятиях волейболом;
- содержание, формы, методы планирования занятий волейболом в школе;
- о факторах риска, методах профилактики травматизма в процессе занятий волейболом;

Должен уметь:

- формулировать конкретные задачи преподавания волейбола разным группам населения, в подготовке спортсменов различного возраста и квалификации;
- подбирать и применять на занятиях волейболом адекватные поставленным задачам современные методы и средства по признаку их влияния на организм во взаимодействии с субъектами образовательного процесса;
- практически выполнять упражнения учебного материала, применять терминологию используемую в волейболе в процессе занятий, общения, воспитательной и консультационной работы;
- применять средства волейбола для воспитания физических качеств, укрепления здоровья занимающихся, формирования здорового стиля жизни на основе потребностей в физической активности;
- анализировать и корректировать технику двигательных действий для эффективного обучения им;
- планировать и проводить мероприятия по профилактике травматизма и оказания первой медицинской помощи.

Должен владеть:

- методикой реализации индивидуального подхода к учащимся на уроке;
- оценкой результативности учебно-воспитательного процесса по итогам циклов технологии преподавания предмета;
- методикой формирования мотивации учебной деятельности учащихся на уроке по волейболу.

Должен демонстрировать способность и готовность:

- к реализации физкультурно-рекреационных, оздоровительно-реабилитационных, спортивных, профессионально-прикладных и гигиенических задач

реализовывать образовательные программы по предметам в соответствии с требованиями образовательных стандартов

оценить физическое и функциональное состояние обучающихся с целью разработки и внедрения индивидуальных программ оздоровления и развития, обеспечивающих полноценную реализацию их двигательных способностей

2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования

Данная учебная дисциплина включена в раздел "Б1.О.09.02.06 Дисциплины (модули)" основной профессиональной образовательной программы 44.03.05 "Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) (Физическая культура и безопасность жизнедеятельности)" и относится к обязательным дисциплинам.

Осваивается на 3 курсе в 6 семестре.

3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетных(ые) единиц(ы) на 144 часа(ов).

Контактная работа - 54 часа(ов), в том числе лекции - 10 часа(ов), практические занятия - 44 часа(ов), лабораторные работы - 0 часа(ов), контроль самостоятельной работы - 0 часа(ов).

Самостоятельная работа - 54 часа(ов).

Контроль (зачёт / экзамен) - 36 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины: экзамен в 6 семестре.

4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

4.1 Структура и тематический план контактной и самостоятельной работы по дисциплине (модулю)

N	Разделы дисциплины / модуля	Семестр	Виды и часы контактной работы, их трудоемкость (в часах)			Самостоятельная работа
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
1.	Тема 1. История развития волейбола в России	6	2	0	0	4
2.	Тема 2. Методика обучения подачи мяча	6	2	10	0	10
3.	Тема 3. Методика обучения приемам и передачам мяча	6	2	10	0	10
4.	Тема 4. Методика обучения атакующим действиям	6	0	10	0	10
5.	Тема 5. Тактические действия в обороне	6	2	10	0	10
6.	Тема 6. Правила игры в волейбол, жестикуляция в судействе.	6	2	4	0	10
	Итого		10	44	0	54

4.2 Содержание дисциплины

Тема 1. История развития волейбола в России

История волейбола в России начинается с 1920 года. Официальной датой является 1923 года, когда состоялся первый матч. За короткое время эта игра стала массовым развлечением, а после чего и популярным видом спорта. Уже к 1933 года волейбол присутствовал во всех Всесоюзных спартакиадах. С 1947 года начинается новый этап в истории волейбола в России - советские спортсмены впервые участвовали в международном матче. Выйдя на мировую арену, советские спортсмены быстро занимают лидирующие позиции.

Тема 2. Методика обучения подачи мяча

Нижняя прямая подача выполняется из положения, при котором игрок стоит лицом к сетке, ноги в коленных суставах согнуты, левая выставлена вперед, масса тела переносится на правую стоящую сзади ногу. Пальцы левой, согнутой в локтевом суставе руки поддерживают мяч снизу. Правая рука отводится назад для замаха, мяч подбрасывается вверх-вперед на расстояние вытянутой руки. Удар выполняется встречным движением правой руки снизу-вперед примерно на уровне пояса. Игрок одновременно разгибает правую ногу и переносит массу тела на левую. После удара выполняется сопровождающее движение руки в направлении подачи, ноги и туловище выпрямляются. Верхняя прямая подача. В исходном положении игрок находится лицом или вполоборота к сетке. Поддерживая мяч на уровне плеча, игрок равномерно распределяет массу тела на ноги, бьющая рука согнута в локтевом суставе и подготовлена к замаху. Мяч подбрасывают несколько вперед, до 1 м выше вытянутой руки. После подбрасывания мяча бьющей рукой выполняется замах вверх-назад, прямая рука отводится назад. Во время удара бьющая рука движется вперед-вверх, удар выполняется впереди игрока. Чтобы придать мячу вращение, нужно в момент удара кисть руки накладывать на поверхность мяча так, чтобы направление силы удара не проходило через центр тяжести мяча, то есть сместить кисть руки в сторону или вверх от середины.

Тема 3. Методика обучения приемам и передачам мяча

В игре применяются передачи мяча сверху двумя руками, находясь в опорном положении, в прыжке и с падениями. Передача сверху двумя руками. В исходном положении туловище игрока расположено вертикально, ноги на ширине плеч или одна нога несколько впереди. Степень сгибания ног зависит от высоты траектории полета мяча. Руки выносятся перед лицом, кисти рук оптимально напряжены. С приближением мяча игрок начинает встречное движение выпрямлением ног, туловища и рук. При выполнении ударного движения в момент соприкосновения с мячом пальцы рук сначала амортизируют встречный полет мяча, затем кисти и пальцы рук упруго и эластично выпрямляются, придавая мячу новое поступательное движение. Указательные и средние пальцы являются основной ударной частью, безымянные и мизинцы удерживают мяч в боковом направлении. Сообщение мячу нового направления с определенной траекторией требует увеличения мышечных усилий, что проявляется в согласованном движении ног, туловища и рук. При передаче назад игрок поднимает руки, располагая их тыльной стороной кистей над головой, разгибает ноги, отклоняет туловище вверх - назад. Передача выполняется за счет разгибания рук в локтевых суставах и движения туловища назад - вверх, с одновременным прогибанием в грудной и поясничной частях позвоночного столба.

Тема 4. Методика обучения атакующим действиям

Прямой нападающий удар характеризуется сочетанием сложных по координации движений. Подготовка к выполнению прямого нападающего удара осуществляется за счет ускоренной ходьбы, переходящей в бег. Ритм разбега существенно зависит от скорости и траектории передачи мяча для выполнения нападающего удара. Длина разбега составляет 2-3 шага и скачок. В скачке стопа вынесенной вперед ноги ставится на пятку (стопорящий шаг), вторая нога приставляется к первой, выпрямленные руки отводятся назад. Отталкивание от опоры начинают с махового движения руками по дуге сзади- вперед-вверх еще до активного разгибания ног. В волейболе прыжок вверх, как правило, максимально высокий, поэтому игрок должен оттолкнуться как можно сильнее. Одновременно со взлетом игрок выполняет замах бьющей рукой вверх- назад, прогибается в груди и пояснице, ноги слегка сгибаются в коленных суставах, правое плечо (если правая рука ударная) отводит назад, левую руку, незначительно сгибая в локтевом суставе, отводит вверх - в сторону. В момент удара по мячу бьющая рука выпрямляется в локтевом суставе, растянутые при замахе мышцы живота, груди и руки резко сокращаются. Рука выпрямляется, кисть накладывается на мяч в расслабленном состоянии, удар выполняется в определенном направлении. После удара по мячу игрок приземляется на согнутые в коленных суставах ноги и на переднюю часть стоп

Тема 5. Тактические действия в обороне

Командные действия в защите определяются расположением и взаимодействием игроков при блокировании, страховке, приеме подач и нападающих ударов. Существуют системы игры в защите, которые определяются расположением игроков, страхующих блок.

1. Страховка игроком, не участвующим в блокировании.
2. Страховка игроком задней линии (игрок зоны 1, или 6, или 5).
3. Страховка игроками передней и задней линий.

Каждая система игры в защите имеет свой вариант расположения игроков в зависимости от того, из какой зоны противник атакует.

Последовательность освоения и совершенствования командных тактических действий в защите:

- показать начальное исходное положение и зону действия каждого игрока;
- напомнить игрокам, что входит в анализ действий атакующей стороны и действий партнеров;
- имитация тактического действия;
- выполнение тактического действия после нападающего удара из зон 4 и 2;
- выполнение тактического действия с двумя известными вариантами атаки;
- то же, но с двумя неизвестными вариантами атаки;
- то же, но с двумя нападающими игроками и с известным вариантом атаки;
- то же, но с тремя нападающими игроками и известным вариантом атаки;
- то же, но варианты атаки неизвестны.

Тема 6. Правила игры в волейбол, жестикуляция в судействе.

Волейбол - спортивная командная игра с мячом двух команд по 6 человек в каждой. Игроки одной команды, используя не более трех ударов любой частью тела выше пояса, направляют мяч через натянутую над площадкой сетку на сторону другой команды так, чтобы он коснулся площадки в ее границах или был отбит противником с нарушением правил игры. В игре участвуют 12 игроков (по 6 игроков с каждой стороны), и ведётся она мячом весом 250 грамм и окружностью 65-68 сантиметров.

5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Самостоятельная работа обучающихся выполняется по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия. Самостоятельная работа подразделяется на самостоятельную работу на аудиторных занятиях и на внеаудиторную самостоятельную работу. Самостоятельная работа обучающихся включает как полностью самостоятельное освоение отдельных тем (разделов) дисциплины, так и проработку тем (разделов), осваиваемых во время аудиторной работы. Во время самостоятельной работы обучающиеся читают и конспектируют учебную, научную и справочную литературу, выполняют задания, направленные на закрепление знаний и отработку умений и навыков, готовятся к текущему и промежуточному контролю по дисциплине.

Организация самостоятельной работы обучающихся регламентируется нормативными документами, учебно-методической литературой и электронными образовательными ресурсами, включая:

Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 5 апреля 2017 года №301).

Письмо Министерства образования Российской Федерации №14-55-996ин/15 от 27 ноября 2002 г. "Об активизации самостоятельной работы студентов высших учебных заведений".

Положение от 29 декабря 2018 г. № 0.1.1.67-08/328 "О порядке проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования "Казанский (Приволжский) федеральный университет".

Положение № 0.1.1.67-06/241/15 от 14 декабря 2015 г. "О формировании фонда оценочных средств для проведения текущей, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования "Казанский (Приволжский) федеральный университет".

Положение № 0.1.1.56-06/54/11 от 26 октября 2011 г. "Об электронных образовательных ресурсах федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего профессионального образования "Казанский (Приволжский) федеральный университет".

Регламент № 0.1.1.67-06/66/16 от 30 марта 2016 г. "Разработки, регистрации, подготовки к использованию в учебном процессе и удаления электронных образовательных ресурсов в системе электронного обучения федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования "Казанский (Приволжский) федеральный университет".

Регламент № 0.1.1.67-06/11/16 от 25 января 2016 г. "О балльно-рейтинговой системе оценки знаний обучающихся в федеральном государственном автономном образовательном учреждении высшего образования "Казанский (Приволжский) федеральный университет".

Регламент № 0.1.1.67-06/91/13 от 21 июня 2013 г. "О порядке разработки и выпуска учебных изданий в федеральном государственном автономном образовательном учреждении высшего профессионального образования "Казанский (Приволжский) федеральный университет".

6. Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)

6.1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы и форм контроля их освоения

Этап	Форма контроля	Оцениваемые компетенции	Темы (разделы) дисциплины
Семестр 6			
	<i>Текущий контроль</i>		
1	Тестирование	ОПК-5, ПК-3, ПК-2, ПК-1, ОПК-8	1. История развития волейбола в России 2. Методика обучения подачи мяча 3. Методика обучения приемам и передачам мяча 4. Методика обучения атакующим действиям 5. Тактические действия в обороне 6. Правила игры в волейбол, жестикуляция в судействе.
2	Письменное домашнее задание	ОПК-8, ОПК-5, ПК-3, ПК-2, ПК-1	1. История развития волейбола в России 2. Методика обучения подачи мяча 3. Методика обучения приемам и передачам мяча 4. Методика обучения атакующим действиям 5. Тактические действия в обороне 6. Правила игры в волейбол, жестикуляция в судействе.

Этап	Форма контроля	Оцениваемые компетенции	Темы (разделы) дисциплины
3	Проверка практических навыков	ОПК-8, ОПК-5, ПК-3, ПК-2, ПК-1	2. Методика обучения подачи мяча 3. Методика обучения приемам и передачам мяча 4. Методика обучения атакующим действиям 5. Тактические действия в обороне
	Экзамен	ОПК-5, ОПК-8, ПК-1, ПК-2, ПК-3	

6.2 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Форма контроля	Критерии оценивания				Этап
	Отлично	Хорошо	Удовл.	Неуд.	
Семестр 6					
Текущий контроль					
Тестирование	86% правильных ответов и более.	От 71% до 85 % правильных ответов.	От 56% до 70% правильных ответов.	55% правильных ответов и менее.	1
Письменное домашнее задание	Правильно выполнены все задания. Продемонстрирован высокий уровень владения материалом. Проявлены превосходные способности применять знания и умения к выполнению конкретных заданий.	Правильно выполнена большая часть заданий. Присутствуют незначительные ошибки. Продемонстрирован хороший уровень владения материалом. Проявлены средние способности применять знания и умения к выполнению конкретных заданий.	Задания выполнены более чем наполовину. Присутствуют серьезные ошибки. Продемонстрирован удовлетворительный уровень владения материалом. Проявлены низкие способности применять знания и умения к выполнению конкретных заданий.	Задания выполнены менее чем наполовину. Продемонстрирован неудовлетворительный уровень владения материалом. Проявлены недостаточные способности применять знания и умения к выполнению конкретных заданий.	2
Проверка практических навыков	Продемонстрирован высокий уровень освоения навыков, достаточный для успешного решения задач профессиональной деятельности.	Продемонстрирован хороший уровень освоения навыков, достаточный для решения большей части задач профессиональной деятельности.	Продемонстрирован удовлетворительный уровень освоения навыков, достаточный для решения отдельных задач профессиональной деятельности.	Продемонстрирован неудовлетворительный уровень освоения навыков, недостаточный для решения задач профессиональной деятельности.	3

Форма контроля	Критерии оценивания				Этап
	Отлично	Хорошо	Удовл.	Неуд.	
Экзамен	Обучающийся обнаружил всестороннее, систематическое и глубокое знание учебно-программного материала, умение свободно выполнять задания, предусмотренные программой, усвоил основную литературу и знаком с дополнительной литературой, рекомендованной программой дисциплины, усвоил взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, проявил творческие способности в понимании, изложении и использовании учебно-программного материала.	Обучающийся обнаружил полное знание учебно-программного материала, успешно выполнил предусмотренные программой задания, усвоил основную литературу, рекомендованную программой дисциплины, показал систематический характер знаний по дисциплине и способен к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности.	Обучающийся обнаружил знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, справился с выполнением заданий, предусмотренных программой, знаком с основной литературой, рекомендованной программой дисциплины, допустил погрешности в ответе на экзамене и при выполнении экзаменационных заданий, но обладает необходимыми знаниями для их устранения под руководством преподавателя.	Обучающийся обнаружил значительные пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустил принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий и не способен продолжить обучение или приступить по окончании университета к профессиональной деятельности без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.	

6.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Семестр 6

Текущий контроль

1. Тестирование

Темы 1, 2, 3, 4, 5, 6

1. Волейбол как спортивная игра появился в конце XIX века в ...

- а) США б) Канаде
в) Японии г) Германии

2. В волейболе игрок, находящийся в 1-ой зоне, при "переходе" перемещается в зону...

- а) 2 б) 3 в) 5 г) 6

3. Какую геометрическую фигуру напоминает расположение больших и указательных пальцев кистей рук при приеме мяча сверху в волейболе?

- а) круг б) треугольник
в) трапецию г) ромб

4. Когда волейбол был признан олимпийским видом спорта?

- а) в 1956 году б) в 1957 году
в) в 1958 году г) в 1959 году

5. "Либеро" в волейболе - это ...

- а) Игрок защиты б) Игрок нападения
в) Капитан команды г) запасной игрок

6. Как осуществляется переход игроков в волейболе из зоны в зону?

- а) Произвольно б) По часовой стрелке
в) Против часовой стрелки г) По указанию тренер

7. Ситуация "Мяч в игре" в волейболе означает....

- а) Подающий делает удар по мячу, вводя его в игру б) Мяч, коснувшийся рук игрока
в) Мяч, находящийся в пределах площадки г) Мяч в руках подающего игрока

8. Ошибками в волейболе считаются....

- а) "Три удара касания"

- б) "Четыре удара касания", удар при поддержке "двойное касание"
в) Игрок один раз выпрыгивает на блоке и совершает два касания мяча
г) Мяч соприкоснулся с любой частью тела
9. Если 2 соперника в волейболе нарушают правила одновременно, то...
а) Оба удаляются с площадки б) Подача считается выполненной
в) Подача переигрывается г) Считается у команды 2 касания
10. Волейбольная площадка имеет размеры:
а) 18м на 8м б) 18м на 9м
в) 19м на 9м г) 20м на 10м
11. "Бич-волей" - это:
а) Игровое действие б) Пляжный волейбол
в) Подача мяча г) Прием мяча
12. Сколько времени дается игроку на подачу после свистка судьи?
а) 8 сек б) 10 сек
в) 5 сек г) 6 сек
13. Команда в волейболе состоит из скольких игроков.
а) 14 б) 12 в) 10 г) 6
14. Правила игры в волейбол предусматривают сколько замен в одной партии.
а) 9 б) 5
в) 6 г) 8
15. Принимать подачу в волейболе имеет право:
а) Любой играющий б) Только либеро
в) Только ♦2, 5, 4 г) Только ♦1,3,6 . .
16. В волейболе игроки задней линии атакуют с зоны:
а) 1, 3, 6 . б) 2, 3, 4 .
в) 2, 3, 5 . г) от трехметровой отметки
17. Волейбольная площадка условно делится на сколько зон деятельности.
а) 8 зон б) 4 зоны. в) 6 зон г) 5 зон
18. Официальные правила волейбола определяют победителя при выигрыше в
а) трех партиях б) четырех партиях
в) в пяти партиях г) в двух партиях
19. Новейшие редакции правил волейбола позволяют иметь в составе
а) одного либеро. б) двух либеро
в) трёх либеро г) четырёх либеро
20. Переход в волейболе между игроками делают
а) по часовой стрелке. б) против часовой стрелки.
в) по диагонали г) по чётным и нечётным зонам
21. Либеро может:
а) ставить блоки б) осуществлять переход
в) проводить атаки г) принимать подачу.
22. В волейболе, каждой партии, тренер может попросить по 30 секунд.
а) 1 тайм-аут б) 2 тайм-аута
в) 3 тайм-аута г) 4 тайм-аута
23. В пятой партии (тай брейк) счет идет с разницей в 2 очка.
а) 20 очков б) 16 очков
в) 15 очков г) 25 очков
24. В волейболе в партии счет может быть
а) 24 : 25 б) 24 : 23
в) 28 : 29 г) 30 : 32
25. Антенны считаются частью волейбольной сетки и
а) ограничивают по бокам плоскость перехода. б) ограничивают высоту атаки
в) используются для красоты г) используются для установки видео камер.
26. Штаб-квартира ФИВБ находится в швейцарском городе
а) Вашингтон. б) Лозанна. в) Женева г) Лондон
27. Международная федерация волейбола ФИВБ , FIVB создана в году.
а) 1949 б) 1950 в) 1949 г) 1947
28. Основным способом приема и передачи мяча в волейболе является
а) нижняя передача мяча двумя руками;
б) нижняя передача одной рукой;
в) верхняя передача двумя руками.
29. Верхняя передача мяча выполняется приемом мяча

- а) на все пальцы обеих рук; б) на три пальца и ладони рук
в) на ладони; г) на большой и указательный пальцы обеих рук.
30. Обязательным условием правильного выполнения верхней передачи мяча является:
- а) прием игроком стойки волейболиста;
б) своевременный выход игрока под мяч и выбор исходного положения;
в) своевременное сгибание и разгибание ног
31. При верхней передаче мяча на большое расстояние передача заканчивается
- а) коротким движением рук и полным выпрямлением ног;
б) полусогнутыми руками;
в) полным выпрямлением рук и ног.
32. При приеме мяча сверху соприкосновение пальцев с мячом должно происходить на
- а) уровне верхней части лица в 15-20 см от него;
б) расстоянии 30-40 см выше головы;
в) уровне груди;
33. Какой способ приема мяча следует применить, если подача сильная и мяч немного не долетает до игрока?
- а) Сверху двумя руками.
б) Снизу двумя руками.
в) Одной рукой снизу.

2. Письменное домашнее задание

Темы 1, 2, 3, 4, 5, 6

1. История развития волейбола в СССР.
2. История развития волейбола в России.
3. Правила игры в волейбол.
4. Правила судейства в волейболе. Жестикация судей.
5. Основные понятия и терминологии в волейболе.
6. Физические качества в волейболе.
7. Морфологические особенности организма волейболистов.
8. Психологические качества и свойства личности волейболиста.
9. Техника безопасности и предупреждение травматизма при занятиях игры в волейбол.
10. Организация проведения соревнований. Положение о соревнованиях.

3. Проверка практических навыков

Темы 2, 3, 4, 5

1. Передача мяча снизу.
2. Передача мяча сверху.
3. Нижняя прямая подача.
4. Верхняя прямая подача.
5. Прямой нападающий удар.
6. Прямой нападающий удар со второй линии
7. Одиночное блокирование.
8. Групповое блокирование.
9. Прием мяча, отскочившего от сетки.
10. Индивидуальные и групповые тактические действия.

Экзамен

Вопросы к экзамену:

1. История возникновения и развития волейбола. Общая характеристика игры волейбол.
2. Классификация техники волейбола.
3. Классификация тактики волейбола.
4. Стойки и передвижения в волейболе.
5. Классификация подач в волейболе.
6. Техника нижней прямой подачи в волейболе. Методика обучения.
7. Техника верхней прямой подачи в волейболе. Методика обучения.
8. Классификация передач в волейболе.
9. Техника передачи двумя руками сверху в волейболе. Методика обучения.
10. Техника передачи двумя руками снизу в волейболе. Методика обучения.
11. Техника прямого нападающего удара в волейболе. Методика обучения.
12. Техника одиночного блокирования в волейболе. Методика обучения.
13. Система защиты ?Углом вперед? в волейболе.
14. Система защиты ?Углом назад? в волейболе.
15. Основные правила игры.
16. Воспитательные задачи в процессе занятий спортивными играми.

17. Обеспечение подготовки в спортивных играх (профессионализм тренера, спортивный отбор и ориентация, материально-техническое обеспечение).
18. Положение о соревнованиях по волейболу
19. Индивидуальные игровые действия в волейболе
20. Организация и проведение соревнований в общеобразовательной школе по волейболу.

6.4 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

В КФУ действует балльно-рейтинговая система оценки знаний обучающихся. Суммарно по дисциплине (модулю) можно получить максимум 100 баллов за семестр, из них текущая работа оценивается в 50 баллов, итоговая форма контроля - в 50 баллов.

Для зачёта:

56 баллов и более - "зачтено".

55 баллов и менее - "не зачтено".

Для экзамена:

86 баллов и более - "отлично".

71-85 баллов - "хорошо".

56-70 баллов - "удовлетворительно".

55 баллов и менее - "неудовлетворительно".

Форма контроля	Процедура оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций	Этап	Количество баллов
Семестр 6			
Текущий контроль			
Тестирование	Тестирование проходит в письменной форме или с использованием компьютерных средств. Обучающийся получает определённое количество тестовых заданий. На выполнение выделяется фиксированное время в зависимости от количества заданий. Оценка выставляется в зависимости от процента правильно выполненных заданий.	1	20
Письменное домашнее задание	Обучающиеся получают задание по освещению определённых теоретических вопросов или решению задач. Работа выполняется письменно дома и сдаётся преподавателю. Оцениваются владение материалом по теме работы, аналитические способности, владение методами, умения и навыки, необходимые для выполнения заданий.	2	10
Проверка практических навыков	Практические навыки проверяются путём выполнения обучающимися практических заданий в условиях, полностью или частично приближенных к условиям профессиональной деятельности. Проверяется знание теоретического материала, необходимое для правильного совершения необходимых действий, умение выстроить последовательность действий, практическое владение приёмами и методами решения профессиональных задач.	3	20
Экзамен	Экзамен нацелен на комплексную проверку освоения дисциплины. Экзамен проводится в устной или письменной форме по билетам, в которых содержатся вопросы (задания) по всем темам курса. Обучающемуся даётся время на подготовку. Оценивается владение материалом, его системное освоение, способность применять нужные знания, навыки и умения при анализе проблемных ситуаций и решении практических заданий.		50

7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

7.1 Основная литература:

1. Григорович Е.С. Физическая культура [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Е.С. Григорович [и др.]; под ред. Е.С. Григоровича, В.А. Переверзева. - 4-е изд., испр. - Минск: Вышэйшая школа, 2014. - 350 с.: ил. - ISBN 978-985-06-2431-4.- URL: <http://znanium.com/bookread2.php?book=509590>
2. Муллер, А. Б. Физическая культура студента [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богаченко, А. Ю. Близнаевский. - Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2011. - 172 с. - ISBN 978-5-7638-2126-0.-URL: <http://znanium.com/bookread2.php?book=443255>
3. Здоровье и физическая культура студента: Учебное пособие / В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт. - 2-е изд., перераб. - М.: Альфа-М: НИЦ ИНФРА-М, 2014. - 336 с. - URL: <http://znanium.com/bookread2.php?book=432358>
4. Чертов Н. В. Физическая культура: учебное пособие / Чертов Н.В. - Ростов-на-Дону: Издательство ЮФУ, 2012. - 118 с. ISBN 978-5-9275-0896-9.- ULR: <http://znanium.com/bookread2.php?book=551007>

5. Волейбол: теория и практика. Учебник для высших учебных заведений физической культуры и спорта /под общей редакцией В.В. Рыцарева/ - М.: Спорт, 2016. - с. - URL: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785990673472.html>

6. Фомин Е.В., Волейбол. Начальное обучение [Электронный ресурс] / Фомин Е.В., Булыкина Л.В. - М. : Спорт, 2015. - 88 с. - URL: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785990657823.html>

7.2. Дополнительная литература:

1. Губа, В.П. Волейбол: основы подготовки, тренировки, судейства : монография / В.П. Губа, Л.В. Булыкина, П.В. Пустошило. - Москва : Спорт, 2019. - 192 с. - URL: <https://znanium.com/bookread2.php?book=1037972>

2. Пушкина В.Н. Формирование профессионально важных качеств студентов средствами физической культуры [Электронный ресурс] / В.Н. Пушкина, И.В. Мищенко, А.Н. Зелянина - Архангельск : ИД САФУ, 2014. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785261010128.html>

3. Яшин, В. Н. ОБЖ : Здоровый образ жизни [Электронный ресурс] : учеб. пособие / В. Н. Яшин. - 3-е изд., перераб. - М.: ФЛИНТА : Наука, 2011. - 128 с.: илл. - ISBN 978-5-9765-1121-7 (Фланта), ISBN 978-5-02-037675-5 (Наука).-URL: <http://znanium.com/bookread2.php?book=465872>

4. Марков, К. К. Техника современного волейбола [Электронный ресурс] : монография / К. К. Марков. - Красноярск : Сиб. федер. ун-т, 2013. - 220 с. - URL: <https://znanium.com/bookread2.php?book=492800>

8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (модуля)

Библиотека международной спортивной информации - <http://bmsi.ru/books>

Журнал Теория и практика физической культуры - <http://www.teoriya.ru>

Научная электронная библиотека - <http://bmsi.ru/books>

9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Вид работ	Методические рекомендации
лекции	<p>Лекции составляют основу теоретического обучения и дают систематизированные основы научных знаний по дисциплине, раскрывают состояние и перспективы развития соответствующей области науки, концентрируют внимание обучающихся на наиболее сложных и узловых вопросах, стимулируют их активную познавательную деятельность и способствуют формированию творческого мышления.</p> <p>Ведущим методом в лекции выступает устное изложение учебного материала, сопровождающееся демонстрацией видеofilьмов, схем, плакатов, показом моделей, приборов, макетов, использование мультимедиа аппаратуры.</p> <p>Лекции читаются заведующими кафедрой, профессорами, доцентами и старшими преподавателями, как правило, для лекционных потоков.</p> <p>Лекция является исходной формой всего учебного процесса, играет направляющую и организующую роль в самостоятельном изучении предмета. Важнейшая роль лекции заключается в личном воздействии лектора на аудиторию.</p>
практические занятия	<p>Методические рекомендации по учебной дисциплине имеют практическую направленность и значимость. Формируемые в процессе практических занятий умения позволяют использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.</p> <p>Методические рекомендации предназначены могут использоваться как на учебных занятиях, которые проводятся под руководством преподавателя, так и для самостоятельного выполнения практических упражнений, предусмотренных рабочей программой во внеаудиторное время.</p> <p>Работа на практических занятиях предполагает активное участие в дискуссиях. Для подготовки к занятиям рекомендуется выделять в материале проблемные вопросы, затрагиваемые преподавателем в лекции, и группировать информацию вокруг них.</p> <p>Желательно выделять в используемой литературе постановки вопросов, на которые разными авторам могут быть даны различные ответы. На основании постановки таких вопросов следует собирать аргументы в пользу различных вариантов решения поставленных проблем.</p> <p>Практические занятия проводятся в спортивном зале, не менее двух академических часов в неделю, обязательным этапом является самостоятельная деятельность студентов два часа в неделю.</p> <p>Оценки за выполнение практических упражнений выставляются по пятибалльной системе. Оценки являются обязательными текущими оценками по учебной дисциплине Физическая культура и выставляются в журнале теоретического обучения.</p>

Вид работ	Методические рекомендации
самостоятельная работа	<p>Самостоятельная работа студентов является одной из основных форм внеаудиторной работы при реализации учебных планов и программ. По дисциплине Физическая культура практикуются следующие виды и формы самостоятельной работы студентов:- подготовка информационных сообщений, докладов с компьютерной презентацией, рефератов;</p> <p>- занятия в секциях по видам спорта.</p> <p>Самостоятельная работа может проходить в лекционном кабинете, спортивных секциях, дома.</p> <p>Целью самостоятельной работы студентов является овладение фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками деятельности по профилю, опытом творческой, исследовательской деятельности.</p> <p>Самостоятельная работа студентов способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного профессионального уровня.</p> <p>Студент в процессе обучения должен не только освоить учебную программу, но и приобрести навыки самостоятельной работы. Студент должен уметь планировать и выполнять свою работу.</p> <p>Самостоятельная работа студентов является обязательной для каждого студента и определяется учебным планом.</p> <p>При определении содержания самостоятельной работы студентов следует учитывать их уровень самостоятельности и требования к уровню самостоятельности выпускников для того, чтобы за период обучения искомый уровень был достигнут.</p> <p>Для организации самостоятельной работы необходимы следующие условия:</p> <ul style="list-style-type: none"> -готовность студентов к самостоятельному труду; - наличие и доступность необходимого учебно-методического и справочного материала; - консультационная помощь. <p>Формы самостоятельной работы студентов определяются при разработке рабочих программ учебных дисциплин содержанием учебной дисциплины, учитывая степень подготовленности студентов</p>
тестирование	<p>Тестирование проходит в письменной форме или с использованием компьютерных средств. Обучающийся получает определённое количество тестовых заданий. На выполнение выделяется фиксированное время в зависимости от количества заданий. Оценка выставляется в зависимости от процента правильно выполненных заданий.</p>
письменное домашнее задание	<p>Методические рекомендации при написании письменного домашнего задания. Для написания письменного домашнего задания студентам рекомендуется использовать основную и дополнительную литературу из рабочей программы, а также источники найденные студентами самостоятельно. Для получения более высоких баллов рекомендуется более полно раскрыть тему задания</p>
проверка практических навыков	<p>Методические рекомендации по учебной дисциплине имеют практическую направленность и значимость. Проверка практических навыков позволяют контролировать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.</p> <p>Методические рекомендации могут использоваться как на учебных занятиях, которые проводятся под руководством преподавателя, так и для выполнения практических упражнений, предусмотренных рабочей программой во внеаудиторное время.</p> <p>Работа на практических занятиях предполагает активное участие в дискуссиях. Для подготовки к занятиям рекомендуется выделять в материале проблемные вопросы, затрагиваемые преподавателем в лекции, и группировать информацию вокруг них.</p> <p>Желательно выделять в используемой литературе постановки вопросов, на которые разными авторами могут быть даны различные ответы. На основании постановки таких вопросов следует собирать аргументы в пользу различных вариантов решения поставленных проблем.</p> <p>Оценки за выполнение практических упражнений выставляются по пятибалльной системе. Оценки являются обязательными текущими оценками по учебной дисциплине Физическая культура и выставляются в журнале теоретического обучения.</p>
экзамен	<p>На проведение экзамена отводится один день .Первоначально проводится экзамен по теоретическим знаниям, затем . При этом экзамен проводится по билетам по теории и отдельно по билетам по физической подготовке.</p> <p>На основании полученных оценок за теорию и за физическую подготовку выставляется единая оценка за экзамен. Студент получивший неудовлетворительную оценку по теории или физподготовке, получает общую неудовлетворительную оценку за экзамен. Пересдача экзамена проводится на основании общих требований, предъявляемых к другим предметам.</p>

10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)

Освоение дисциплины "Теория и методика волейбола" предполагает использование следующего программного обеспечения и информационно-справочных систем:

Операционная система Microsoft Windows Professional 7 Russian

Пакет офисного программного обеспечения Microsoft Office 2010 Professional Plus Russian

Браузер Mozilla Firefox

Браузер Google Chrome

Adobe Reader XI

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "ZNANIUM.COM", доступ к которой предоставлен обучающимся. ЭБС "ZNANIUM.COM" содержит произведения крупнейших российских учёных, руководителей государственных органов, преподавателей ведущих вузов страны, высококвалифицированных специалистов в различных сферах бизнеса. Фонд библиотеки сформирован с учетом всех изменений образовательных стандартов и включает учебники, учебные пособия, учебно-методические комплексы, монографии, авторефераты, диссертации, энциклопедии, словари и справочники, законодательно-нормативные документы, специальные периодические издания и издания, выпускаемые издательствами вузов. В настоящее время ЭБС ZNANIUM.COM соответствует всем требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования (ФГОС ВО) нового поколения.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе Издательства "Лань", доступ к которой предоставлен обучающимся. ЭБС Издательства "Лань" включает в себя электронные версии книг издательства "Лань" и других ведущих издательств учебной литературы, а также электронные версии периодических изданий по естественным, техническим и гуманитарным наукам. ЭБС Издательства "Лань" обеспечивает доступ к научной, учебной литературе и научным периодическим изданиям по максимальному количеству профильных направлений с соблюдением всех авторских и смежных прав.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "Консультант студента", доступ к которой предоставлен обучающимся. Многопрофильный образовательный ресурс "Консультант студента" является электронной библиотечной системой (ЭБС), предоставляющей доступ через сеть Интернет к учебной литературе и дополнительным материалам, приобретенным на основании прямых договоров с правообладателями. Полностью соответствует требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования к комплектованию библиотек, в том числе электронных, в части формирования фондов основной и дополнительной литературы.

11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Освоение дисциплины "Теория и методика волейбола" предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

Мультимедийная аудитория, вместимостью более 60 человек. Мультимедийная аудитория состоит из интегрированных инженерных систем с единой системой управления, оснащенная современными средствами воспроизведения и визуализации любой видео и аудио информации, получения и передачи электронных документов. Типовая комплектация мультимедийной аудитории состоит из: мультимедийного проектора, автоматизированного проекционного экрана, акустической системы, а также интерактивной трибуны преподавателя, включающей тач-скрин монитор с диагональю не менее 22 дюймов, персональный компьютер (с техническими характеристиками не ниже Intel Core i3-2100, DDR3 4096Mb, 500Gb), конференц-микрофон, беспроводной микрофон, блок управления оборудованием, интерфейсы подключения: USB, audio, HDMI. Интерактивная трибуна преподавателя является ключевым элементом управления, объединяющим все устройства в единую систему, и служит полноценным рабочим местом преподавателя. Преподаватель имеет возможность легко управлять всей системой, не отходя от трибуны, что позволяет проводить лекции, практические занятия, презентации, вебинары, конференции и другие виды аудиторной нагрузки обучающихся в удобной и доступной для них форме с применением современных интерактивных средств обучения, в том числе с использованием в процессе обучения всех корпоративных ресурсов. Мультимедийная аудитория также оснащена широкополосным доступом в сеть интернет. Компьютерное оборудование имеет соответствующее лицензионное программное обеспечение.

Компьютерный класс, представляющий собой рабочее место преподавателя и не менее 15 рабочих мест студентов, включающих компьютерный стол, стул, персональный компьютер, лицензионное программное обеспечение. Каждый компьютер имеет широкополосный доступ в сеть Интернет. Все компьютеры подключены к корпоративной компьютерной сети КФУ и находятся в едином домене.

12. Средства адаптации преподавания дисциплины к потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

При необходимости в образовательном процессе применяются следующие методы и технологии, облегчающие восприятие информации обучающимися инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья:

- создание текстовой версии любого нетекстового контента для его возможного преобразования в альтернативные формы, удобные для различных пользователей;
- создание контента, который можно представить в различных видах без потери данных или структуры, предусмотреть возможность масштабирования текста и изображений без потери качества, предусмотреть доступность управления контентом с клавиатуры;
- создание возможностей для обучающихся воспринимать одну и ту же информацию из разных источников - например, так, чтобы лица с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения - аудиально;
- применение программных средств, обеспечивающих возможность освоения навыков и умений, формируемых дисциплиной, за счёт альтернативных способов, в том числе виртуальных лабораторий и симуляционных технологий;
- применение дистанционных образовательных технологий для передачи информации, организации различных форм интерактивной контактной работы обучающегося с преподавателем, в том числе вебинаров, которые могут быть использованы для проведения виртуальных лекций с возможностью взаимодействия всех участников дистанционного обучения, проведения семинаров, выступления с докладами и защиты выполненных работ, проведения тренингов, организации коллективной работы;
- применение дистанционных образовательных технологий для организации форм текущего и промежуточного контроля;
- увеличение продолжительности сдачи обучающимся инвалидом или лицом с ограниченными возможностями здоровья форм промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности их сдачи:
- продолжительности сдачи зачёта или экзамена, проводимого в письменной форме, - не более чем на 90 минут;
- продолжительности подготовки обучающегося к ответу на зачёте или экзамене, проводимом в устной форме, - не более чем на 20 минут;
- продолжительности выступления обучающегося при защите курсовой работы - не более чем на 15 минут.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО и учебным планом по направлению 44.03.05 "Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)" и профилю подготовки Физическая культура и безопасность жизнедеятельности .