

**КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА
ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ «УНІВЕРСУМ»**

Циклова комісія фізичного виховання

ЗАТВЕРДЖУЮ
Проректор з науково-методичної
та навчальної роботи
_____ Олексій ЖИЛЬЦОВ
« ____ » _____ 2020 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ВОЛЕЙБОЛ З МЕТОДИКОЮ ВИКЛАДАННЯ

для студентів

спеціальності 014.11 Середня освіта

предметної спеціальності **Фізична культура**

освітнього рівня **фаховий молодший бакалавр**

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА Ідентифікаційний код 02166554 Начальник відділу моніторингу якості освіти	
Програма № <u>1946/20</u>	
<u>Всес</u> (підпис)	(прізвище, ініціали) <u>20</u>
« ____ » _____ 2020 р.	

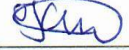
Київ – 2020

Розробник: Лобачов Геннадій Олегович, викладач циклової комісії фізичного виховання Фахового коледжу «Універсум» Київського університету імені Бориса Грінченка

Викладач: Лобачов Г.О., викладач циклової комісії фізичного виховання Фахового коледжу «Універсум» Київського університету імені Бориса Грінченка

Робочу програму розглянуто і затверджено на засіданні циклової комісії фізичного виховання

Протокол від 31.08.2020 р. № 1

Голова циклової комісії  _____ Надія КОЛОСКОВА
(підпис)

Робочу програму перевірено

01 09 2020 р.

Заступник директор з навчально-методичної роботи  _____ Зоя ГЕЙХМАН

Заступник директор з навчальної роботи  _____ Яніна КАРЛІНСЬКА

Пролонговано:

На 20__/20__ н.р.(_____), «__» _____ 20__ р., протокол № __

На 20__/20__ н.р.(_____), «__» _____ 20__ р., протокол № __

На 20__/20__ н.р.(_____), «__» _____ 20__ р., протокол № __

На 20__/20__ н.р.(_____), «__» _____ 20__ р., протокол № __

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Характеристика навчальної дисципліни	
	денна форма навчання	
Вид дисципліни	загальноосвітня	
Мова викладання, навчання, оцінювання	українська	
Загальний обсяг кредитів/годин	2/135	
Курс	2	
Семестр	3	4
Кількість змістових модулів з розподілом:	1	1
Обсяг кредитів	1,5	1,5
Обсяг годин, в тому числі:	45	45
Аудиторні	22	20
Модульний контроль	2	4
Самостійна робота	21	21
Семестровий контроль	Підсумкова оцінка	

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета: поглибити теоретичну та практичну підготовку студентів з питань волейболу для здійснення навчального процесу з дітьми шкільного віку в загальноосвітній школі.

Завдання:

- набути знання з теорії та методики волейболу;
- засвоїти техніко-тактичні прийоми гри волейболу;
- засвоїти методику навчання техніко-тактичним прийомам гри волейболу нападу та захисту, вміти аналізувати отримані результати та виправляти помилки;
- засвоїти методику проведення змагань з волейболу в ЗОШ, вміти судити гру, знати правила гри;
- використовувати спеціальну та науково-методичну літературу з питань волейболу, знати інші джерела інформації і працювати з ними.

3. Результати навчання за дисципліною

Очікувані результати

У результаті вивчення дисципліни студент буде:

- знати історію розвитку волейболу і його сучасний стан в Україні;
- знати класифікацію, термінологію, характеристику техніки і тактики гри;
- техніку виконання і методику навчання техніко-тактичним прийомам гри волейболу;
- знати вимоги до місця проведення змагань, правила змагань, жестикуляцію судій;
- вміти навчити прийомів техніки та тактики гри волейболу дітей шкільного віку;
- вміти виділити основні та другорядні помилки при навчання прийомам гри волейболу та виправити їх.

4. Структура навчальної дисципліни

№ п/п	Назви теоретичних розділів	Розподіл годин між видами робіт			
		Разом	Аудиторних		
			Лекції	Практичні	Самостійна робота
1	2	3	4	5	6
КУРС II					
Змістовий модуль I. Техніка гри волейбол					
1	Історія виникнення волейболу	2	2		
2	Характеристика гри волейбол. Правила гри. Суддівство.	2	2		
3	Волейбол як складова програми з фізичної культури в ЗОШ.	2	2		
4	Класифікація техніки гри у нападі	4		2	2
5	Класифікація техніки гри у захисті	2			2
6	Прийоми гри у нападі і техніка їх виконання (переміщення, стійки та вихідні положення).	2			2
7	Прийоми гри у нападі і техніка їх виконання (передача м'яча).	5		2	3
8	Прийоми гри у нападі і техніка їх виконання (подача м'яча).	8		4	4
9	Прийоми гри у нападі і техніка їх виконання (атакуючий удар).	4		2	2
10	Прийоми гри у захисті та техніка їх виконання (переміщення та стійки захисника).	6		2	4
11	Прийоми гри у захисті та техніка їх виконання (прийом м'яча зверху та знизу двома руками)	6		4	2
	Модульний контроль	2			
	Разом	45	6	16	21

Змістовий модуль II. Тактики гри волейбол

1.	Класифікація тактики гри у нападі та захисті	6	2		4
2.	Тактичні прийоми гри нападу – передачі м'яча для наступальних дій.	8	2	2	4
3.	Тактичні прийоми гри нападу – подачі (вибіркове виконання подач, чергування подач)	10	2	4	4
4.	Тактичні прийоми гри нападу - атакуючі удари та оманні дії.	8	2	2	4
5.	Тактичні прийоми гри захисту – прийоми м'яча після подач та наступальних дій	9	2	2	5
	Модульний контроль	4			
	Разом:	45	10	10	21
	За 2 курс	90	16	26	42

*з урахуванням МКР – 6 год.

5. Програма навчальної дисципліни

Курс II

Лекція 1. Історія виникнення волейболу

Основні питання / ключові слова: волейбол, спортивна гра, команда, гравці.

Рекомендована література:

1. Дробний П. Д. Виникнення і розповсюдження класичного волейболу в світі як рекреаційної гри на дозвіллі. 1-й рекреаційний етап (1895-1918 рр.), 1-го рекреаційно-фізкультурно-спортивного періоду (1895 - 1964рр.): методичні рекомендації. Серія: «Історія волейболу». Львів: Львівський державний університет фізичної культури, 2018. 50 с.

2. Трифан О. М. Історія започаткування волейболу на Закарпатті. Перший етап (2008-20010). *Науковий вісник Ужгородського університету*. Серія: історія. Випуск 19. Ужгород, 2007. С. 33-37

Лекція 2. Характеристика гри волейбол. Правила гри. Суддівство.

Основні питання / ключові слова: Правила безпеки на ігровому майданчику, аут, заміна гравців, розміщення та перехід гравців, офіційні жести судії , гравець «літеро».

Рекомендована література:

1. Арєф'єв В. Г., Єдинак Г. А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту): Навчальний посібник для студентів навчальних закладів II–IV рівнів акредитації. 2-вид., перероб. і доп. Кам'янець Подільський: Абетка-Нова, 2002.

2. Галіздра А. Волейбол. Правила змагань. Рівне, 2001.

3. Дубенчук А.І. Волейбол. Київ: «Ранок», 2010. 112с.

4. Мартишевський К.К. Технічні засоби у волейболі (Навчально-методичний посібник). Харків, 1997. 168 с.

5. О.О. Борисов. Основи теорії методики викладання волейболу. Київ: вид-во ПП «Люскар», 2004. 664 с.

6. Офіційні волейбольні правила 2013 – 2016 : схвалені тридцять третім конгресом ФІБА. Київ, 2012. 83 с.
7. Прозар М.В., Козак Є.П. П 78 Теорія і методика викладання спортивних ігор (волейбол): навчальний посібник [для факульт. фіз. вих. і сп. вищих навч. закладів III-IV рівнів акредитації]. Кам'янець-Подільський: ТОВ «Друкарня Рута», 2015. 232 с
8. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2001. 272 с.
9. Організація та суддівство змагань з видів спорту. Навчально-методичний посібник. / Укладачі Н.О. Лапочук, Л.А.Удачина. Маріуполь, ММК, МММК, 2014. 52 с.

Лекція 3. Волейбол як складова програми з фізичної культури в ЗОШ.

Основні питання / ключові слова: варіативний модуль. подача, передача, прийом м'яча, блок, заслон, стійки та переміщення гравця

Рекомендована література:

1. Арєф'єв В. Г., Єдинак Г. А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту): Навчальний посібник для студентів навчальних закладів II–IV рівнів акредитації. 2-вид., перероб. і доп. Кам'янець Подільський: Абетка-Нова, 2002.
2. Дубенчук А.І. Волейбол. Київ: «Ранок», 2010. 112с.
3. Організація та суддівство змагань з видів спорту. Навчально-методичний посібник. Укладачі Н.О. Лапочук, Л.А.Удачина. Маріуполь, ММК, МММК, 2014. 52 с.
4. Прозар М.В., Козак Є.П. П 78 Теорія і методика викладання спортивних ігор (волейбол): навчальний посібник [для факульт. фіз. вих. і сп. вищих навч. закладів III-IV рівнів акредитації]. Кам'янець-Подільський: ТОВ «Друкарня Рута», 2015. 232 с

Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Класифікація техніки гри у нападі	2
2	Прийоми гри у нападі і техніка їх виконання (передача м'яча).	2
3	Прийоми гри у нападі і техніка їх виконання (подача м'яча).	4
4	Прийоми гри у нападі і техніка їх виконання (атакуючий удар).	2
5	Прийоми гри у захисті та техніка їх виконання (переміщення та стійки захисника).	2
6	Прийоми гри у захисті та техніка їх виконання (прийом м'яча зверху та знизу двома руками)	4
	Всього	16

Змістовий модуль 2. Тактика гри волейбол.

Лекція 1. Класифікація тактики гри у нападі та захисті

Основні питання / ключові слова: розміщення та перехід гравців на ігровому майданчику; взаємодія гравців передньої і задньої лінії; гра кутом вперед та кутом назад; індивідуальна, групова та командна взаємодія.

Рекомендована література:

1. Арєф'єв В. Г., Єдинак Г. А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту): Навчальний посібник для студентів навчальних закладів II–IV рівнів акредитації. — 2-вид., перероб. і доп. — Кам'янець Подільський: Абетка-Нова, 2002.
2. Галіздра А. Волейбол. Правила змагань. — Рівне, 2001.
3. Дубенчук А.І. Волейбол. —К. «Ранок»,2010. 112с.

Лекція 2. Тактичні прийоми гри нападу – передачі м'яча для наступальних дій.

Основні питання / ключові слова: тактика передач, висота, напрямок, тактика передачі для атакуючого гравця..

Рекомендована література:

1. Арєф'єв В. Г., Єдинак Г. А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту): Навчальний посібник для студентів навчальних закладів II–IV рівнів акредитації. — 2-вид., перероб. і доп. — Кам'янець Подільський: Абетка-Нова, 2002.
2. Галіздра А. Волейбол. Правила змагань. — Рівне, 2001.
3. Дубенчук А.І. Волейбол. —К. «Ранок»,2010. 112с.

Лекція 3. Тактичні прийоми гри нападу - подачі (вибіркове виконання подач, чергування подач)

Основні питання / ключові слова: сила подачі, траєкторія подачі, напрямок подачі.

Рекомендована література:

1. Арєф'єв В. Г., Єдинак Г. А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту): Навчальний посібник для студентів навчальних закладів II–IV рівнів акредитації. — 2-вид., перероб. і доп. — Кам'янець Подільський: Абетка-Нова, 2002.
2. Галіздра А. Волейбол. Правила змагань. — Рівне, 2001.
3. Дубенчук А.І. Волейбол. —К. «Ранок»,2010. 112с.

Лекція 4. Тактичні прийоми гри нападу - атакуючий удари та оманні дії.

Основні питання / ключові слова: При - атакуючий удари з врахуванням слабких місць в захисті команди суперника, зміна напрямку атакуючий ударів, чергування сильніших , слабших ударів з обманними рухами, спрямовувати нападаючий удар на суперника, який погано володіє прийомом м'яча.

Рекомендована література:

1. Арєф'єв В. Г., Єдинак Г. А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту): Навчальний посібник для студентів навчальних закладів II–IV рівнів акредитації. — 2-вид., перероб. і доп. — Кам'янець Подільський: Абетка-Нова, 2002.
2. Галіздра А. Волейбол. Правила змагань. — Рівне, 2001.
3. Дубенчук А.І. Волейбол. —К. «Ранок»,2010. 112с.

Лекція 5. Тактичні прийоми гри у захисті – прийоми м'яча після подач та наступальних дій.

Основні питання / ключові слова: тактика прийому подач, тактика блокування, тактика прийому нападаючих ударів.

Рекомендована література:

1. Арєф'єв В. Г., Єдинак Г. А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту): Навчальний посібник для студентів навчальних закладів II–IV рівнів акредитації. — 2-вид., перероб. і доп. — Кам'янець Подільський: Абетка-Нова, 2002.
2. Галіздра А. Волейбол. Правила змагань. – Рівне, 2001.
3. Дубенчук А.І. Волейбол. –К. «Ранок»,2010. 112с.

Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Тактичні прийоми гри нападу – передачі м'яча для наступальних дій.	2
2	Тактичні прийоми гри нападу – подачі (вибіркове виконання подач, чергування подач)	4
3	Тактичні прийоми гри нападу - атакуючі удари та оманні дії.	2
4	Тактичні прийоми гри захисту – прийоми м'яча після подач та наступальних дій.	2
	Всього	10

6. Контроль навчальних досягнень

6.1 Система оцінювання навчальних досягнень студентів

Вид діяльності студента	Мак-на кількість балів за одиницю	Семестр 1	Семестр 2
		Кількість одиниць	Кількість одиниць
Робота на практичному занятті	12	5	5
Виконання завдання для самостійної роботи	12	8	5
Виконання МК	12	1	2
Розрахунок оцінки: середнє арифметичне за 3 та 4 семестр = підсумкова оцінка за навчальний рік			

6.1 Система оцінювання навчальних досягнень студентів

Вид діяльності студента	Мак-на кількість балів за одиницю	Семестр 1		Семестр 2	
		Кількість одиниць	Максимальна кількість балів	Кількість одиниць	Максимальна кількість балів
Робота на практичному занятті	12	5	60	5	60
Виконання завдання для самостійної роботи	12	8	96	5	60
Виконання МК	12	1	12	2	24
Разом		168/14=12		144/12=12	
Розрахунок оцінки: середнє арифметичне за 3 та 4 семестр = підсумкова оцінка за навчальний рік					

6.2. Завдання для самостійної роботи

Зміст самостійної роботи студентів має таку структуру:

1. Опрацювати зміст тем за літературою та іншими джерелами інформації.
2. Відповісти на питання.

6.3. Самостійна робота

Назва теми	Кількість годин
Змістовий модуль I.	
1. Класифікація техніки гри у нападі	2
2. Класифікація техніки гри у захисті	2
3. Прийоми гри у нападі і техніка їх виконання (переміщення, стійки та вихідні положення).	2
4. Прийоми гри у нападі і техніка їх виконання (передача м'яча).	3
5. Прийоми гри у нападі і техніка їх виконання (подача м'яча).	4
6. Прийоми гри у нападі і техніка їх виконання (нападальний удар).	2
7. Прийоми гри у захисті та техніка їх виконання (переміщення та стійки захисника).	4
8. Прийоми гри у захисті та техніка їх виконання (прийом м'яча зверху та знизу двома руками)	2
Змістовий модуль II.	
9. Класифікація тактики гри у нападі та захисті	4
10. Тактичні прийоми гри нападу – передачі м'яча для наступальних дій.	4
11. Тактичні прийоми гри нападу – подачі (вибіркове виконання подач, чергування подач)	4
12. Тактичні прийоми гри нападу - нападальні удари та оманні дії.	4
13. Тактичні прийоми гри захисту – прийоми м'яча після подач та наступальних дій	5
Разом	42

6.4. Форми проведення модульного контролю та критерії оцінювання.

Модульний контроль проводиться в тестовій формі та оцінка техніки виконання ігрових прийомів гри волейбол.

Бали	Критерії оцінювання навчальних досягнень студентів
1	Студент володіє знаннями, необхідними для виконання певного елемента на елементарному рівні розпізнання.
2	Студент виконує окремі елементи фізичних вправ, володіє матеріалом на елементарному рівні засвоєння.
3	Студент володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, виконує нормативний показник початкового рівня, розрізняє елементи техніки виконання фізичних вправ.
4	Уміння та навички студента дозволяють виконувати більшість елементів фізичних вправ (з незначними помилками). Студент володіє матеріалом на рівні, вищому за початковий, розрізняє елементи техніки виконання вправ.
5	Студент володіє технікою виконання окремої фізичної вправи, розуміє основний теоретично-методичний матеріал.
6	Студент за допомогою викладача виконує окремі фізичні вправи, аналізує та виправляє допущені помилки, виявляє знання і розуміння основних положень навчального матеріалу, виконує нормативні показники середнього рівня.
7	Студент виконує окремі контрольні-нормативні показники та виявляє знання і розуміння переважної більшості навчального матеріалу, застосовує теоретично-методичний матеріал для виконання фізичних вправ, визначених навчальною програмою.
8	Студент володіє технікою виконання фізичних вправ. Знання студента достатньо повні. Він вільно застосовує вивчений матеріал, вміє аналізувати, робити висновки.
9	Студент виконує контрольні-навчальні нормативи і вимоги, вправи для обов'язкового повторення і домашніх завдань, вільно володіє вивченим матеріалом та вміло застосовує його на практиці, виконує нормативні показники достатнього рівня.
10	Рівень умінь і навичок студента дозволяє правильно і якісно виконувати нормативні показники, студент вміло володіє теоретично-методичним матеріалом навчальної програми, знає методiku підготовки і виконання фізичних вправ.
11	Студент виконує фізичні вправи та контрольні навчальні нормативи на високому рівні, володіє узагальненими, міцними знаннями з предмету, володіє техніко-тактичною підготовкою при виконанні фізичних вправ.
12	Студент досягає високих результатів під час виконання фізичних вправ, контрольних-нормативних показників, визначених навчальною програмою.

6.5. Шкала відповідності оцінок.

Оцінка	Кількість балів
Відмінно	12-10
Дуже добре	9-8
Добре	7
Задовільно	6-4
Початковий рівень	3-1

7. Навчально-методична карта дисципліни

Разом – 90 год., лекцій - 16 , практичних - 26 , мк-6 год., самостійних робіт - 42 .

Модулі	Змістовий модуль 1							Змістовий модуль 2				
	Техніка гри волейбол							Тактики гри волейбол				
Назва модуля												
Лекції	2	2	2					2	2	2	2	2
Теми лекцій	Тема 1. Історія виникнення волейболу	Тема 2. Характеристика гри волейбол. Правила гри. Суддівство.	Тема 3. Волейбол як складова програми з фізичної культури в ЗОШ					Тема 1. Класифікація тактики гри у нападі та захисті	Тема 2. Тактичні прийоми гри нападу – передачі м'яча для наступальних дій.	Тема 3. Тактичні прийоми гри нападу – подачі (вибіркове виконання подач, чергування подач)	Тема 4. Тактичні прийоми гри нападу - нападальні удари та оманні дії.	Тема 5. Тактичні прийоми гри захисту – прийоми м'яча після подач та наступальних дій
Практичні	2	2	4	2	2	4		2	4	2	2	
Теми практичних занять	Тема 1. Прийоми гри у нападі і техніка їх виконання (подача м'яча).	Тема 2. Прийоми гри у нападі і техніка їх виконання (подача м'яча).	Тема 3. Прийоми гри у нападі і техніка їх виконання (подача м'яча)	Тема 4. Прийоми гри у нападі і техніка їх виконання (атакуючий удар).	Тема 5. Прийоми гри у захисті та техніка їх виконання (переміщення та стійки захисника).	Тема 6. Прийоми гри у захисті та техніка їх виконання (прийом м'яча зверху та знизу двома руками)		Тема 1. Тактичні прийоми гри нападу – передачі м'яча для наступальних дій.	Тема 2. Тактичні прийоми гри нападу – подачі (вибіркове виконання подач, чергування подач)	Тема 3. Тактичні прийоми гри нападу - нападальні удари та оманні дії.	Тема 4. Тактичні прийоми гри захисту – прийоми м'яча після подач та наступальних дій	

Контроль	СО	2	2	2	3	4	2	4	2	4	4	4	4	5
МКР 6	СО	Тема 4. Класифікація техніки гри у нападі	Тема 5. Класифікація техніки гри у захисті	Тема 6. Прийоми гри у нападі і техніка їх виконання (переміщення, стійки та вихідні положення.)	Тема 7. Прийоми гри у нападі і техніка їх виконання (подача м'яча).	Тема 8. Прийоми гри у нападі і техніка їх виконання (подача м'яча).	Тема 9. Прийоми гри у нападі і техніка їх виконання (нападальний удар).	Тема 10. Прийоми гри у захисті та техніка їх виконання (переміщення та стійки захисника).	Тема 11. Прийоми гри у захисті та техніка їх виконання (прийом м'яча зверху та знизу двома руками)	Тема 1. Класифікація тактики гри у нападі та захисті	Тема 2. Тактичні прийоми гри нападу – передачі м'яча для наступальних дій.	Тема 3. Тактичні прийоми гри нападу – подачі (вибіркове виконання подач, чергування подач)	Тема 4. Тактичні прийоми гри нападу - н ападальні удари та оманні дії.	Тема 5. Тактичні прийоми гри захисту – прийоми м'яча після подач та наступальних дій

8. Рекомендована література

Базова

1. Арєф'єв В. Г., Єдинак Г. А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту): Навчальний посібник для студентів навчальних закладів II–IV рівнів акредитації. — 2-вид., перероб. і доп. — Кам'янець Подільський: Абетка-Нова, 2002.
2. Галіздра А. Волейбол. Правила змагань. — Рівне, 2001.
3. Дубенчук А.І. Волейбол. —К. «Ранок»,2010. 112с.
4. Носко М.О. Волейбол у фізичному вихованні студентів: [підручник] / М.О. Носко, О.А. Архипов, В.П. Жула. — К.: «МП Леся», 2015. — 396 с.
5. Організація та суддівство змагань з видів спорту. Навчально-методичний посібник. / Укладачі Н.О. Лапочук, Л.А.Удачина. — Маріуполь, ММК, МММК, 2014. — 52 с.
6. Прозар М.В., Козак Є.П. П 78 Теорія і методика викладання спортивних ігор (волейбол): навчальний посібник [для факульт. фіз. вих. і сп. вищих навч. закладів III-IV рівнів акредитації] / М.В. Прозар, Є.П. Козак. — Кам'янець-Подільський: ТОВ «Друкарня Рута», 2015. — 232 с
7. Пустовалов В.О. Волейбол (теорія і методика навчання): навчально-методичний посібник. — Черкаси. — 2011. — 65 с.
8. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1. - Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2001 – 272 с.
9. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 2. - Тернопіль: Навчальна книга – Богдан,2002 – 248с.