

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»

Б1. В.ДВ.04.01
(индекс дисциплины)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Волейбол

(наименование дисциплины)

по направлению подготовки

49.03. 02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

направленность (профиль)

Физическая реабилитация

Форма обучения: очная

Год набора: 2021

Общая трудоемкость: 0 ЗЕ

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр	123456	Итого
Форма контроля	Зачет	
Вид занятий		
Лекции		
Лабораторные		
Практические	32	32
Руководство: курсовые работы		
Промежуточная аттестация		
Контактная работа		
Самостоятельная работа	32	32
Контроль		
Итого	64	64

Рабочую программу составил(и):

доцент, Рева В. А.

(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)

(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)

Рецензирование рабочей программы дисциплины:



Отсутствует



Рецензент

(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)

Рабочая программа дисциплины составлена на основании ФГОС ВО и учебного плана направления подготовки

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Срок действия рабочей программы дисциплины до «30» декабря 2026 г.

УТВЕРЖДЕНО

На заседании кафедры «Адаптивная физическая культура, спорт и туризм»

(протокол заседания № 2 от «18» сентября 2020 г.).

1. Цель освоения дисциплины

Цель – освоение студентами знаний, методических и практических умений и навыков в области технологий физкультурно-спортивной деятельности для работы с людьми разных возрастных групп. Содействие оптимальному усвоению студентами учебного материала, развитие их познавательной активности, готовности и потребности в самообразовании.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Данная дисциплина (учебный курс) относится к базовой части блока Б1 (Дисциплины, модули).

Дисциплины, учебные курсы, на освоении которых базируется данная дисциплина (учебный курс) – физическая культура, элективные дисциплины по физической культуре и спорту, медико-биологические дисциплины (школьный курс биологии, анатомия, физиология, гигиена и др.), педагогика и психология, базовые виды двигательной деятельности.

Дисциплины, учебные курсы, для которых необходимы знания, умения, навыки, приобретаемые в результате изучения данной дисциплины (учебного курса) – физическая культура, технологии преподавания физической культуры в образовательных учреждениях, педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование, спортивно-педагогический практикум, Учебная практика (практика по получению первичных профессиональных умений и навыков, в том числе первичных умений и навыков научно-исследовательской деятельности), производственная практика (педагогическая практика), производственная практика (практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности), преддипломная практика.

3. Планируемые результаты обучения

Формируемые и контролируемые компетенции 49.03. 02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)	Индикаторы достижения компетенций 49.03. 02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)	Планируемые результаты обучения
Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7)	УК-7.1 Знает основные средства, методы, задачи физической культуры и ее подготовки, подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Знать: Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности; Уметь: Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; Владеть: самоконтролем и анализом своего физического состояния, физической подготовленности;
	УК-7.2 Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности. пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием.	Знать: правила эксплуатации спортивного инвентаря; правила безопасности при выполнении физических упражнений. Уметь: пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности; Владеть: Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.

Формируемые и контролируемые компетенции 49.03. 02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)	Индикаторы достижения компетенций 49.03. 02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)	Планируемые результаты обучения
	УК-7.3. Владеет методиками определения основных особенностей, готовностью поддерживать уровень физической подготовки, техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	<p>Знать: требования профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности работников;</p> <p>Уметь: Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта;</p> <p>Владеть: техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов.</p>

4. Структура и содержание дисциплины

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Семестр	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
Модуль 1	Пр.1	Техника игры в нападении: стойки и перемещения. Правила соревнования спортивной игры в волейбол. Стойки (высокая, средняя); перемещения (ходьба, приставной шаг, двойной шаг, бег, скачок, прыжок)	1	2	25	-	Доклад с презентацией
		Техника передачи мяча двумя руками сверху в опоре				-	Доклад с презентацией
Модуль 1	Пр.2	Техника передачи двумя руками сверху	1	2		-	
		Техника передачи мяча одной рукой в прыжке				-	
Модуль 1	Пр.3	Техника передачи мяча двумя руками сверху в прыжке	1	2		-	конспект
Модуль 1	Пр.4	Техника передачи мяча двумя руками снизу.	1	2		-	конспект
		Разучивание нижней прямой подачи.				-	конспект
Модуль 1	Пр.5	Совершенствование передачи двумя руками сверху и снизу, нижней прямой подачи.	1	2		-	
		Совершенствование передачи двумя руками сверху и снизу. Разучивание верхней прямой подачи.				-	
Модуль 1	Пр.6	Разучивание правил игры в волейбол. Подводящие игры в волейболе.	1	2		-	

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Семестр	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
		Разучивание техники игры в защите: прием снизу двумя (одной) рукой в опорном положении. Совершенствование верхней и нижней передачи двумя руками. Совершенствование подач (верхней и нижней прямой).				-	
Модуль 1	Пр.7	Правила судейства в спортивной игре волейбол. Совершенствование техники передач и приема в волейболе. Разучивание прямого нападающего удара.	1	2	25	-	
		Разучивание прямого нападающего удара. Совершенствование техники передачи и приема мяча в волейболе. Игра в волейбол.				-	Доклад с презентацией
Модуль 1	Пр.8	Совершенствование прямого нападающего удара через сетку. Совершенствование техники передачи и приема, подачи в игровой деятельности.	1	2	25	-	
		Индивидуальные тактические действия (действия без мяча - выбор места, с мячом - при второй передаче, подаче, нападающем ударе). Совершенствование технических приёмов в игре волейбол.				-	
Модуль 1	Пр.9	Совершенствование техники подач и передач в игровой деятельности. Организация судейства спортивной игры "волейбол" студентами.	1	2			

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Семестр	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
		Групповые тактические действия (взаимодействия 2-5 игроков) на задней и передней линии. Спортивная игра в волейбол.					
Модуль 1	Пр.10	Разучивание блокирования в волейболе. Разучивание верхней боковой подачи.	1	2			
		Совершенствование технических и тактических приемов в спортивной игре волейбол. Организация судейства на практическом занятии студентами.					
Модуль 1	Пр.11	Совершенствование технических и тактических приёмов в спортивной игре волейбол.	1	2			
Модуль 1	Пр.12	Совершенствование технических и тактических приёмов в спортивной игре волейбол. Организация судейства на практическом занятии студентами.	1	2			
Модуль 1	Пр.13	Совершенствование технических и тактических приёмов в спортивной игре волейбол. Организация судейства на практическом занятии студентами.	1	2	25		
Модуль 1	Пр.14	Совершенствование технических и тактических приёмов в спортивной игре волейбол. Организация судейства на практическом занятии студентами.	1	2			

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Семестр	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
Модуль 1	Пр.15	Совершенствование технических и тактических приёмов в спортивной игре волейбол. Организация судейства на практическом занятии студентами.	1	2			
Модуль 1	Пр.16	Совершенствование технических и тактических приёмов в спортивной игре волейбол. Организация судейства на практическом занятии студентами.	1	2			
Модуль 1	СР	Составление презентации по предложенной теме. Реферат + доклад по предложенной теме. Разработка тестовых заданий по волейболу. Составление тематических кроссвордов	1	32		-	
Итого:				32	100		

Схема расчета итогового балла

Сумма баллов по всем учебным мероприятиям, предусмотренным в курсе

Текущий рейтинг (все занятия и промежуточные тесты) + Результат итогового теста и все делится на 2 + ББ (если ББ предусмотрены)

5. Образовательные технологии

Лекционно-семинарско-зачетная система.

Технология использования в обучении игровых методов: ролевых, деловых, и других видов обучающих игр.

Обучение в сотрудничестве (командная, групповая работа).

Информационно-коммуникационные технологии.

технологии традиционного обучения:

- лекция;
- практическое занятие;
- самостоятельная работа;
- индивидуальное домашнее задание.

Методы обучения: наглядные, словесные, практические.

6. Методические указания по освоению дисциплины

Выполнять практические задания.

Уметь работать в сотрудничестве (командная, групповая работа).

Уметь работать с литературой.

Уметь оценивать технику двигательного действия.

Знать правила проведения соревнований.

Знать требования к материально-техническому оснащению.

7. Оценочные средства

7.1. Паспорт оценочных средств

Семестр	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
1	УК-7	Вопросы к зачету № 1-30
1	УК-7	Дискуссия. Значение игры. Понятие об игровой деятельности
1	УК-7	Модуль 1. Творческое задание: конспект и проведение учебно-тренировочного занятия, виды волейбола (Техника игры)
1	УК-7	Письменные работы, доклад

7.2. Типовые задания или иные материалы, необходимые для текущего контроля

7.2.1. Письменные работы, доклад

(наименование оценочного средства)

Типовой(ые) пример(ы) задания(ий)

Выполнение письменных работ на тему:

Темы письменных работ

№ п/п	Темы
1	Методика обучения нижней прямой подаче в волейболе.
2	Методика обучения верхней прямой подаче.
3	Методика обучения нападающему удару в волейболе.
4	Спортивные игры в спортивных лагерях
5	Развитие скоростно-силовых качеств
6	Спортивные игры в системе школьного воспитания.
7	Методика обучения передачи мяча двумя руками сверху в волейболе.
8	Методика обучения передачи мяча двумя руками снизу в волейболе.
9	Тактика игры в защите в волейболе.
10	Тактика игры в нападении в волейболе.
11	Техника безопасности при проведении спортивных игр.
12	Развитие ловкости у волейболистов.
13	Взаимосвязь игроков линии защиты и линии нападения.
14	Взаимосвязь игроков 6 зоны, с игроками 2, 3, 4 зон.
15	Взаимодействие игрока первой зоны с игроками линии нападения.
16	Взаимодействие игрока пятой зоны с игроками второй и четвертой зон.
17	Взаимодействие игрока первой зоны с игроками второй и четвертой зон.
18	Методика обучению переднему нападению.
19	Методика обучению приему мяча одной рукой в падении.
20	Выход игрока зоны защиты в зоны нападения для второй передачи.

Краткое описание и регламент выполнения

Оформляется в виде рукописи или рукописи в печатном виде с использованием компьютера в объеме 7-10 стр.

Критерии оценки:

□ **оценка «отлично»** выставляется студенту, если его доклад самостоятельный, представляющий собой краткое изложение полученных результатов теоретического анализа проблемы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды; материал доступен для слушателей, в процессе презентации проявляет владение материалом;

□ **оценка «хорошо»** выставляется студенту, если его доклад самостоятельный, представляющий собой краткое изложение полученных результатов теоретического анализа проблемы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, недостаточно аргументированы собственные взгляды; есть замечания к манере подачи материала в ходе презентации;

□ **оценка «удовлетворительно»** выставляется студенту, если его доклад самостоятельный, представляющий собой краткое изложение полученных результатов теоретического анализа проблемы, однако низкая степень раскрытия сущности проблемы, недостаточная обоснованность выбора источников, есть замечания к манере его подачи;

□ **оценка «неудовлетворительно»** выставляется студенту, если он не подготовил доклад.

7.2.2. План-конспект

(наименование оценочного средства)

Краткое описание и регламент выполнения

Подготовить план-конспект учебно-тренировочного занятия по игре волейбол.

Правильность составления конспекта занятия (наличие цели и задач урока, соответствие терминологии и правилам записи строевых и общеразвивающих упражнений).

По своей структуре урок по волейболу делится на три части: подготовительную, основную и заключительную.

Подготовительная, основная и заключительная части урока могут проводиться в спортивном зале, на волейбольном поле. Каждая часть урока имеет свои конкретные задачи, причем основная задача урока решается именно в основной его части. Урок строится таким образом, чтобы задачи подготовительной и заключительной частей были направлены на решение основной задачи урока, подчинены ей. Например, основная задача урока — обучение технике нападения. Следовательно, материал подготовительной части должен содержать упражнения, способствующие освоению этого важнейшего элемента техники, подготавливать занимающихся к освоению техники нападения — координационно, функционально, физически и т. д. Урок именно такой структуры составляет — 45 мин.

Подготовительная часть (10 мин). Построение занимающихся, переключки, объяснение задач урока в доступной форме, выполнение различных общеразвивающих и подготовительных упражнений, знакомство с подвижными играми.

Основная часть (30 мин). Изучение нового материала и совершенствование ранее приобретенных навыков с помощью упражнений, игр, эстафет.

Заключительная часть (5 мин). Снижение физической и эмоциональной нагрузки. Самостоятельное выполнение упражнений с индивидуальной работой, т. е. самопроверка освоения материала урока. Подведение итогов урока.

Оценивается преподавателем в соответствии с представленными критериями.

Критерии оценки:

□ **оценка «отлично»** выставляется студенту, если его конспект составлен правильно, наличие цели и задач урока, соответствие терминологии и правилам записи строевых и общеразвивающих упражнений, соответствие терминологии спортивной игры, нет замечаний к оформлению конспекта;

□ **оценка «хорошо»** выставляется студенту, если его конспект составлен правильно с допущением 1-2 ошибок при записи упражнений и терминологии, наличие цели и задач урока, соответствие терминологии и правилам записи строевых и общеразвивающих упражнений, наличие дозировки и методических указаний, нет замечаний к оформлению конспекта;

□ **оценка «удовлетворительно»** выставляется студенту, если в конспекте допущены 3 и более ошибок при записи упражнений и терминологии спортивного туризма, отсутствие цели и задач урока, наличие дозировки и методических указаний, есть замечания к оформлению конспекта;

□ **оценка «неудовлетворительно»** выставляется студенту, если он не подготовил конспект.

7.2.3. Тестирование

(наименование оценочного средства)

7.3.1. Вопросы к промежуточной аттестации

Семестр 1

№ п/п	Вопросы к зачету
1.	Возникновение и развитие волейбола.
2.	Техника стоек и перемещений в волейболе.
3.	Техника подачи.
4.	Техника передачи сверху двумя руками, передачи снизу одной и двумя руками.
5.	Техника нападающего удара.
6.	Техника блокирования.
7.	Контроль за уровнем технической подготовки.
8.	Классификация тактики игры.
9.	Цель и задачи тактической подготовки. Тактика подачи, передач, нападающих ударов.
10.	Тактика взаимодействия игроков.
11.	Урок - основная форма организации занятий по волейболу.
12.	Структура урока по волейболу в рамках программы по физической культуре в общеобразовательных учреждениях.

13.	Методика воспитания силы, быстроты, гибкости, прыгучести, выносливости, ловкости
14.	Правила соревнований по волейболу.
15.	Организация соревнований по волейболу.
16.	Положение о соревнованиях по волейболу.
17.	Способы проведения соревнований по волейболу - с выбыванием, круговой, смешанный.
18.	Судейская бригада. Официальные процедуры, жесты судей.
19.	Материально-техническое обеспечение волейбола.
20.	Роль тренера-педагога в подготовке волейболистов.
21.	Методика обучения и совершенствования стоек и перемещений в волейболе.
22.	Методика обучения и совершенствования подач.
23.	Методика обучения и совершенствования передачи сверху двумя руками, передачи снизу одной и двумя руками.
24.	Методика обучения и совершенствования нападающего удара.
25.	Методика обучения и совершенствования блокирования.
26.	Мини-волейбол, пляжный волейбол организация и проведение соревнований.
27.	Особенности проведения игры в волейбол с детьми школьного возраста.
28.	Физическая подготовка волейболиста.
29.	Общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка волейболистов.
30.	Специальная физическая подготовка волейболистов.

7.3.2. Критерии и нормы оценки

Семестр	Форма проведения промежуточной аттестации	Критерии и нормы оценки	
1	Зачет (по накопительному рейтингу)	«зачтено»	ответ полный, точный, аргументированный, самостоятельный пользуясь современной научной лексикой; студент при ответе на дополнительные вопросы демонстрирует свободное владение содержанием курса
		«не зачтено»	ответ на теоретический вопрос не выстроен логично, в речи преобладает бытовая лексика, наблюдаются значительные неточности в использовании научной терминологии; студент не может раскрыть вопрос, на дополнительные вопросы не отвечает; не имеет четкого теоретического обоснования; содержанием курса не владеет

Тестирование:

Критерии баллов:

- 100-80 баллов – «отлично»;
- 79-60 баллов – «хорошо»;
- 59-40 баллов – «удовлетворительно»;
- 39 и ниже «неудовлетворительно».

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

8.1. Обязательная литература

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
1	В.П. Губа	Губа, В.П. Волейбол: основы подготовки, тренировки, судейства: учебное пособие / В.П. Губа. — Москва: Спорт-Человек, 2019. — 192 с.	учебное пособие	2019	Репозиторий ТГУ
2	Н.Е. Ветков	Ветков Н.Е. Спортивные и подвижные игры [Электронный ресурс]: учеб. - метод. пособие / Н. Е. Ветков. - Орел: МАБИВ, 2016. - 126 с. :	учебно-методическое пособие	2016	ЭБС «IPRbooks»
3	С.В. Быченков	Быченков С.В. Физическая культура [Электронный ресурс]: учеб. для студентов вузов / С. В. Быченков, О. В. Везеницын. - Саратов: Вузовское образование, 2016. - 270 с.	учебник	2016	ЭБС «IPRbooks»
4	Фомин Е. В.	Волейбол [Электронный ресурс]: начальное обучение: [учеб. пособие] / Е. В. Фомин, Л. В. Булыкина. - Москва: Спорт, 2015. - 88 с. - (Спорт в школе). - ISBN 978-5-9906578-2-3..	учебное пособие	2016	

8.2. Дополнительная литература

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
1.	В.П. Губа	Губа В.П. Основы спортивной подготовки [Электронный ресурс]: методы оценки и прогнозирования:	научно-методическое пособие	2012	ЭБС «IPRbooks»

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно- методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
		морфобиомеханический подход: науч.-метод. пособие / В. П. Губа. - Москва: Советский спорт, 2012. - 384 с. : ил. - ISBN 978-5-9718-0577-9.			

8.3. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

<https://e.lanbook.com/book/122280>

- Федеральный портал «Российское образование» [Электронный ресурс] <http://www.edu.ru/>
- **Электронно-библиотечная система IPRbooks** [Электронный ресурс]: научно-образовательный ресурс содержит учебники и учебные пособия, монографии, производственно-практические, справочные издания, а также деловую литературу для практикующих специалистов за последние 5 лет по гуманитарным, социальным и экономическим наукам, по остальным отраслям знания - за последние 10 лет: всего более 15 тыс. изданий. – Электрон. дан. – Саратов, [2010] - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>
- WebofScience[Электронный ресурс] : мультидисциплинарная реферативная база данных. – Philadelphia: ClarivateAnalytics, 2016–. – Режим доступа: apps.webofknowledge.com. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
- Elibrary[Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. – Москва: НЭБ, 2000–. – Режим доступа : elibrary.ru. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ
- NEICON[Электронный ресурс] : электронная информация : архив научных журналов. – Москва: НЭИКОН, 2002–. – Режим доступа: neicon.ru/resources/archive. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ

8.4. Перечень программного обеспечения

№ п/п	Наименование ПО	Реквизиты договора (дата, номер, срок действия)
1.	Windows	Договор от 19.05.2015г. № 690, бессрочно
2.	Office Standart	Договор от 20.07.2016г. № 727 бессрочно

8.5. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

№ п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др. объектов для проведения практических и лабораторных занятий, помещений для самостоятельной работы обучающихся (номер аудитории)	Перечень основного оборудования
1	Спортивный зал (У-225)	Стойки волейбольные, ворота футбольные, баскетбольные щиты, скамейки, мячи волейбольные, футбольные, скакалки, обручи, фитболы, коврики гимнастические, сетка для большого тенниса
2	Компьютерный класс. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа. Учебная аудитория для проведения лабораторных работ. Учебная аудитория для практических занятий. Учебная аудитория для	Столы ученические двухместные, стол преподавательский, стулья, доска аудиторная (меловая), компьютеры с выходом в сеть Интернет.

№ п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др. объектов для проведения практических и лабораторных занятий, помещений для самостоятельной работы обучающихся (номер аудитории)	Перечень основного оборудования
	выполнения учебных, курсовых и дипломных работ. Учебная аудитория для курсового проектирования (выполнения курсовых работ). Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций Учебная аудитория для проведения занятий текущего контроля и промежуточной аттестации. Помещение для самостоятельной работы (У-213)	