МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ

ФГБОУ ВПО «Уральский государственный лесотехнический университет»

Кафедра физического воспитания и спорта

Одобрена:

Кафедрой физического воспитания

и спорта

Протокол от 28.03 2012 г. № 8

И.о. зав. кафедрой _____ **В.Ф. Кошелев**

Утверждаю

Декан гуманитарного факультета

_____ **И.Г. Светлова**

«___» _____ 2012 г.

Методическая комиссия

Гуманитарного факультета

Протокол от 28.09 2012 г. № 1

Председатель _____ Е.В. Бородина

ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Б3.Б.13.4 Волейбол

Направление – 034600.62 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Квалификация – бакалавр

Количество зачётных единиц – 3

Трудоёмкость – 108 ч.

Разработчик программы _____ Бердникова Ю.Г.

Екатеринбург, 2012

Содержание

	Стр.
Затраты времени обучающегося на изучение дисциплины	2
Введение	3
1. Цель и задачи дисциплины	3
2. Место дисциплины в учебном процессе направления 034600.62	8
3.Требования к знаниям, умениям и владениям	9
4. Перечень и содержание разделов учебной дисциплины	10
5. Примерный перечень и содержание практических занятий	12
6. Самостоятельная работа обучающихся	13
6.1. Примерные темы рефератов	14
7. Контроль результативности учебного процесса по дисциплине	15
8. Учебно-методические обеспечение дисциплины	17
9. Требования к ресурсам	17
Приложение Лист контрольных мероприятий……..	18
Приложение 1 Протокол согласования	19
Приложение 2. Вопросы к зачёту	20
Приложение 3. Пример тестового задания .	21
Приложение 4. Матрица контроля	25

Затраты времени обучающегося на изучение дисциплины

Вид учебных занятий	Затраты времени при очной форме занятий
Аудиторные всего,	**46**
в том числе:	
лекции	18
практические занятия	28
Самостоятельные всего,	**62**
в том числе:	
текущая проработка лекций	24
подготовка к практическим занятиям	24
выполнение домашней контрольной работы	6
написание реферата	8
Всего по учебному плану: **3 з.ед**	**108**

Введение

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего профессионального образования по направлению подготовки 034600.62 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» (квалификация (степень) "бакалавр") утверждён приказом Министерства образования и науки РФ от 24 января 2011 г. N 81.

1. Область профессиональной деятельности бакалавров включает: спортивно-оздоровительный туризм; физическую (физкультурно-спортивную) рекреацию и реабилитацию; деятельность по оздоровлению населения средствами физической культуры, спорта и туризма; индустрию туризма, досуга и рекреации; туристско-рекреационные комплексы, учреждения и системы; санаторно-курортные комплексы и учреждения; иные услуги в сфере физической культуры, спорта, рекреации и туризма.

2. Объектами профессиональной деятельности бакалавров являются: физические, психические и функциональные возможности человека; рекреационно-оздоровительные циклы обслуживания туристов, туристский продукт; специальные двигательные режимы, ориентированные на профилактику и устранение психических и физических перенапряжений; социально-культурное, экологическое, краеведческое и физическое воспитание личности; организационно-методическая, управленческая деятельность в сфере туризма и краеведения, рекреации и санаторно-курортного комплекса; здоровый образ жизни, формируемый средствами рекреации, туризма и краеведения; процесс формирования личности, ее приобщение к общечеловеческим и культурным ценностям, к рекреационно-оздоровительным формам занятий, туристско-краеведческим мероприятиям и туризму.

Дисциплина **«Волейбол»** относится к базовым видам физкультурной рекреации профессионального цикла, которая опирается ряд специальных дисциплин.

При очной форме обучения по дисциплине предусмотрены прослушивание лекций, выполнение практических занятий, написание реферата и сдача зачёта. Дисциплина изучается в 3 семестре 2 курса.

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель преподавания учебной дисциплины состоит в том, чтобы сформировать у обучающихся профессиональные умения в организации учебно-тренировочного процесса по физической культуре по разделу «Волейбол».

Задачи дисциплины:

- изучение истории, теории и методики преподавания игры;
- формирование умений и навыков, необходимых для тренерской и педагогической деятельности.

Бакалавр по направлению 034600 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» должен решать следующие **профессиональные задачи** в соответствии с видами профессиональной деятельности:

педагогическая деятельность:

-определять цели и задачи учебно-тренировочного процесса, рекреационно-оздоровительной, рекреационно-досуговой и оздоровительно-реабилитационной деятельности;

-организовывать и проводить учебно-тренировочные занятия по циклам, этапам различной продолжительности;

-отбирать адекватные поставленным задачам средства и методы учебно-тренировочной, туристско-образовательной, рекреационно-реабилитационной деятельности с учетом этнокультурных и социально-демографических факторов;

-обучать двигательным действиям, связанным с туристско-оздоровительной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью;

-определять величину нагрузок, адекватную возможностям индивида в различных климато-географических условиях мест проведения занятий, мероприятий;

-оценивать физическое и функциональное состояние индивида, его пригодность к занятиям одним из видов туризма и рекреационно-оздоровительной деятельности;

-оценивать эффективность используемых средств и методов в учебно-тренировочном процессе рекреационно-оздоровительной, туристской, коррекционной и консультационной деятельности;

-осуществлять текущий и этапный контроль за состоянием работоспособности занимающихся и вносить коррективы в учебно-тренировочный, рекреационно-оздоровительный и рекреационно-реабилитационный процессы;

-контролировать эффективность выполнения техники основных видов туризма и физкультурно-спортивных движений, разрабатывать и использовать приемы ее совершенствования;

-анализировать ценности и эффективность физкультурно-оздоровительных видов рекреационной и реабилитационной деятельности;

-принимать участие в прогнозировании условий и направлений развития сферы активного и содержательного отдыха, физической рекреации и реабилитации различных категорий населения на региональном и местном уровнях;

-разрабатывать программы, режимы занятий по двигательной рекреации и реабилитации населения, подбирать соответствующие средства и методы их реализации по циклам занятий различной продолжительности;

-осуществлять комплекс мер по разработке и соблюдению правил и норм охраны труда и техники безопасности занимающихся в процессе рекреационно-оздоровительной и туристской деятельности;

-использовать компьютерные технологии планирования учебно-тренировочного, рекреационно-оздоровительного, рекреационно-реабилитационного, туристского спортивно-оздоровительного процесса, учета выполняемых нагру-

зок, контроля за состоянием занимающихся, их корректировки, а также решения других практических задач;

-способствовать приобщению и формированию потребности в регулярных занятиях спортивно-оздоровительным туризмом и физической рекреацией у различных социально-демографических групп населения – во всех типах учебных заведений, в учреждениях рекреационно-оздоровительного и санаторно-курортного комплекса, на предприятиях различной формы собственности;

-принимать участие в теоретико-методических разработках и осуществлении профессиональной деятельности на междисциплинарном уровне;

организационно-управленческая деятельность:

-осуществлять свою профессиональную деятельность, руководствуясь Конституцией Российской Федерации, законами Российской Федерации, и нормативно-правовыми актами в области образования, физической культуры, спорта и туризма;

-принимать участие в разработке (в том числе оперативных) управленческих решений в области спортивно-оздоровительного туризма и рекреационных комплексов;

-принимать участие в анализе и обобщении деятельности государственных органов управления в сфере туризма и рекреации на муниципальном и региональном уровне;

-конструировать циклы оздоровительно-рекреационного обслуживания различных социально-демографических групп населения и туристов;

-принимать участие в подборе, расстановке и повышении квалификации кадров в туристско-рекреационных учреждениях, организациях;

-организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия в учреждениях образовательного, культурно-досугового, санаторно-курортного, рекреационно-оздоровительного и туристско-краеведческого профиля;

-способствовать формированию устойчивой мотивации на профессиональную деятельность личности, её профессиональный рост и развитие, ориентацию на освоение дополнительных образовательных программ;

-планировать и организовывать деятельность населения по применению различных ценностей и средств туризма и краеведения, рекреации и реабилитации в целях укрепления здоровья и социальной адаптации личности;

-работать (в рамках должностных функций) с финансово-хозяйственной документацией в образовательных учреждениях, учреждениях, фирмах и других организациях сферы рекреации и туризма и санаторно-курортной сферы;

научно-исследовательская деятельность:

-принимать участие в формулировании актуальных проблем сферы рекреации, туризма и краеведения;

-определять цели и задачи исследования с учетом национально-региональных и социально-демографических факторов;

-принимать участие в формировании логики и методологии научных исследований в сфере рекреации и туризма;

-применять адекватные поставленным задачам методы и методики исследования;

-принимать участие в разработке инновационных технологий (в том числе управления рисками) внедрения туристских и рекреационно-оздоровительных услуг во всех типах учебных заведений, в туристско-рекреационных и санаторно-курортных учреждениях;

-обрабатывать, анализировать и оформлять результаты исследований, используя для этого компьютерную технику и компьютерные программы.

Выпускник должен обладать следующими **общекультурными компетенциями** (ОК):

-способностью к обобщению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору путей её достижения (ОК-3);

-готовностью использовать основные положения и методы социальных, гуманитарных и экономических наук при решении социальных и профессиональных задач (ОК-9);

-осознанием сущности и значения информации в развитии современного общества; владением основными методами, способами и средствами получения, хранения, переработки информации, в том числе в глобальных компьютерных сетях (сеть Интернет) (ОК-10).

Выпускник должен обладать следующими **профессиональными компетенциями** (ПК):

педагогическая деятельность:

-способностью самостоятельно определять цели и задачи педагогического процесса спортивной, рекреационно-оздоровительной, туристско-краеведческой, рекреационо-досуговой и рекреационно-реабилитационной деятельности (ПК-1);

-способностью отбирать адекватные поставленным задачам средства и методы учебно-тренировочной, туристско-образовательной, рекреационно-досуговой и рекреационно-реабилитационной деятельности с учетом этно-культурных и социально-демографических факторов (ПК-2);

-готовностью использовать на практике средства, методы и приёмы обучения двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочным, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью, контролировать эффективность их выполнения, разрабатывать и использовать приемы их совершенствования (ПК-3);

-способностью определять величину нагрузок, адекватную психофизическим возможностям индивида в различных климатогеографических условиях мест проведения занятий и мероприятий по циклам различной продолжительности (ПК-4);

-способностью на практике внедрять инновационные технологии туристских и рекреационно-оздоровительных услуг во все типы учебных заведений, в туристско-рекреационные и санаторно-курортные учреждения (ПК-5);

-готовностью использовать комплекс мер осуществления мониторинга физического состояния индивида, его пригодность к занятиям одним из видов ту-

ризма и рекреационно-оздоровительной и реабилитационной деятельности (ПК-6);

-способностью оценивать эффективность используемых средств и методов в учебно-тренировочном процессе, рекреационно-оздоровительной, туристской, коррекционной и консультационной деятельности (ПК-7);

-способностью на практике осуществлять комплекс мер по разработке и соблюдению правил и норм охраны труда, и техники безопасности занимающихся в процессе тренировочной, соревновательной, рекреационно-оздоровительной и туристской деятельности (ПК-8);

-готовностью использовать компьютерную технику, компьютерные программы для планирования учебно-тренировочного, рекреационно-оздоровительного, рекреационно-реабилитационного и туристского спортивно-оздоровительного процесса, учета выполняемых нагрузок, контроля за состоянием занимающихся, их корректировки, а также решения других практических задач (ПК-10);

-готовностью использовать мультимедийные технологии (ПК-11);

-способностью критически оценивать свои достоинства и недостатки, наметить пути и выбрать средства развития достоинств и устранения недостатков, проявлять готовность к самоорганизации и самоуправлению (ПК-12);

-способностью формировать личность обучающихся в процессе рекреативных форм занятий и спортивно-оздоровительным туризмом, краеведческой и экскурсионной деятельности использования других средств сохранения и увеличения физической дееспособности личности, ее приобщению к общечеловеческим ценностям, к здоровому образу жизни (ПК-13);

-готовностью к творчеству в профессиональной деятельности, способностью формировать активную жизненную позицию и условия для социализации личности в процессе рекреационно-оздоровительной и туристской деятельности (ПК-15).

организационно-управленческая деятельность:

-осуществлять свою профессиональную деятельность, руководствуясь Конституцией Российской Федерации, законодательством Российской Федерации, и нормативно-правовыми актами Президента Российской Федерации, Правительства Российской Федерации, а также нормативно-правовыми актами федеральных органов исполнительной власти, органов государственной власти субъектов Российской Федерации, принимаемых в пределах их полномочий (ПК-16);

-готовностью подчинять личностные интересы потребностям занимающихся, общественным и корпоративным интересам с целью успешной реализации спортивного, туристского и рекреационно-оздоровительного продукта (ПК-19);

-готовностью организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия в учреждениях образовательного, культурно-досугового, санаторно-курортного, рекреационно-оздоровительного и туристско-краеведческого профиля (ПК-24);

-способностью конструировать и продвигать туристско-оздоровительный продукт и циклы обслуживания туристов (ПК-26);

-способностью конструировать циклы оздоровительно-рекреационного обслуживания различных социально-демографических групп населения и туристов (ПК-27);

-готовностью планировать и организовывать деятельность населения по применению различных ценностей и средств туризма и краеведения, рекреации и реабилитации в целях укрепления здоровья и социальной адаптации личности (ПК-28);

-готовностью разрабатывать программы, режимы занятий по спортивно-оздоровительному туризму, двигательной рекреации и реабилитации населения, подбора соответствующих средств и методов их реализации по циклам занятий различной продолжительности (ПК-29);

научно-исследовательская деятельность:

-способностью определять цели и задачи исследования (ПК-30);

-способностью использовать современные методы исследования проблем сферы рекреации и туризма (ПК-31);

-способностью на практике применять адекватные поставленным задачам методы и методики исследования (ПК-32);

-готовностью обрабатывать, анализировать и оформлять результаты исследований, используя компьютерную технику и компьютерные программы (ПК-34).

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ ПО НАПРАВЛЕНИЮ 034600.62

№	**Обеспечивающие дисциплины**	**Сопутствующие дисциплины**	**Обеспечиваемые дисциплины**
1	Физическая культура	Теория и методика физической культуры	Безопасность в сфере рекреации и туризм
2	Легкая атлетика	Физиология человека	Физическая реабилитация
3	Подвижные игры	Общая и специальная гигиена	Теория и методика физической рекреации
4		Баскетбол	Спортивно-оздоровительный туризм для лиц с отклонениями в состоянии здоровья

2. ТРЕБОВАНИЯ К ЗНАНИЯМ, УМЕНИЯМ И ВЛАДЕНИЯМ

Код УЦ ООП	Учебные циклы и проектируемые результаты их освоения	Трудо ёмкость	Коды форми-руемых компе-тенций
Б3.Б.13.4	В результате изучения базовой части цикла обучающийся должен: **знать**: понятийный аппарат дисциплины «Волейбол»; историю, теорию и методику волейбола; технологию проведения занятий, важнейшие методы проведения педагогического и медико-биологического контроля, профилактику травматизма; психолого-педагогические, социально-психологические и медико-биологические закономерности развития физических качеств и двигательных умений субъектов профессиональной деятельности; психолого-педагогические средства и способы организации и управления индивидом, группой людей, командой. **Уметь**: определять цели и задачи физкультурной деятельности как факторов гармонического развития личности, укрепления здоровья человека; планировать уроки, занятия, мероприятия и другие формы физкультурно-спортивной деятельности с учетом возраста и пола занимающихся; применять в профессиональной деятельности современные методы, приемы, технические средства (аудиовизуальную технику, тренажеры,); оказывать первую медицинскую помощь при проведении физкультурно-рекреативных форм занятий, обеспечении досуговой деятельности; разрабатывать и внедрять на предприятиях, фирмах, учреждениях, местах массового отдыха программы и планы развития рекреационно-оздоровительных и физкультурно-реабилитационных форм занятий физическими упражнениями; формирования здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях; использовать педагогические, медико-биологические методы контроля состояния занимающихся под влиянием на них различных нагрузок и в зависимости от результатов контроля корректировать их; использовать в профессиональной деятельности передовые приемы обучения и воспитания; использовать компьютерную технику для решения конкретных задач рекреативно-оздоровительной направленности; корректировать собственную преподавательскую, инструкторскую и организаторскую деятельность в зависимости от результатов контроля за деятельностью занимающихся; разрабатывать содержание и проводить массовые соревнования; приобретать инвентарь и оборудование; организовывать и проводить в доступных формах научные исследования в сфере профессиональной деятельности; **владеть**: методикой определения эффективности	**3 ЗЕТ (108 час)**	ОК-3 ОК-9-10 ПК-1-8, ПК-10-13, ПК-15, 16,19 ПК-24, 26,27,28,29 ПК-30-34

	средств и методов физкультурно-спортивной рекреации людей разного возраста и пола; приёмами, мерами, обеспечивающими безопасность жизнедеятельности в процессе рекреативно-оздоровительной деятельности; умениями изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся физическими упражнениями, использовать полученную информацию при построении и планировании занятий; методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях в области рекреации; агитационно-пропагандистской работой по вовлечению населения к занятиям физкультурно-рекреационной деятельности; образной эмоциональной речью, как средством воздействия на занимающихся, использовать приемы межличностных отношений и общения в коллективе;		

До начала изучения дисциплины студент должен:

-знать основные технические элементы игры в волейбол, основные правила;
-уметь использовать основные двигательные навыки при игре;
-иметь навыки в применении полученных знаний в организации учебно-тренировочной и соревновательной деятельности.

4. ПЕРЕЧЕНЬ И СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

№	Коды формируемых компетенций	Содержание	Всего трудоёмкость	Аудиторные занятия (час.)			Сам. работа	Реко-менд. лит-ра
				всего	лекции	практич.		
1	ПК-16 ОК-10	**История развития игры в волейбол** Введение; возникновение игры волейбол, волейбол в России, волейбол в СССР, мировой волейбол, волейбол за рубежом. Тенденции развития игры.	**3**	**-**	**-**	**-**	**3**	**1,2**
2		**Места занятий, оборудование и инвентарь по волейболу** Размеры площадки. Разметка и оборудование площадки для занятий и соревнований. Уход за площадкой. Устройство и назначение дополнитель-	**3**	**1**	**1**	**-**	**2**	**4,8**

		ного оборудования. Волейбольные мячи, уход за ними. Игровая форма и обувь, уход за ними.						
3	ПК-5 ПК-6 ПК-28 ОК-3	**Правила игры и методика судейства соревнований по волейболу**	**7**	**3**	**2**	**1**	**4**	**4,8**
3.1	ПК-7	Правила игры. Судьи, их обязанности и официальные сигналы	3	1	1	-	2	8
3.2	ПК-3 ПК-24 ПК-28 ОК-9	Методика судейства игры, ведение документации.	4	2	1	1	2	8
4		**Техника игры в волейбол**	**47**	**25**	**10**	**15**	**22**	-
4.1	ПК-10	Характеристика техники игры волейбол, классификация технических приёмов	3	1	1	-	2	1,2,5,9
4.2	ПК-7 ПК-10 ПК-27	Техника нападения: -техника перемещения; -техника владения мячом (передачи);	8	4	1	3	4	1,2,4,5,6
4.3	ПК-7 ПК-10 ПК-27	Техника нападения: -подачи; -атакующие удары;	9	5	2	3	4	1,2,4,5,6
4.4	ПК-7 ПК-10 ПК-27	Техника защиты: -техника перемещений; -прием мяча; -блокирование;	9	5	2	3	4	1,2,4,5,6
4.5	ПК-3 ПК-2 ПК-27 ПК-29 ОК-3 ОК-9	Методика обучения технике нападения;	9	5	2	3	4	1,2,3,4,5,6
4.6	ПК-3 ПК-2 ПК-27 ПК-29 ОК-3 ОК-9	Методика обучения технике защиты;	9	5	2	3	4	2,4,5,6,10
5		**Тактика игры в волейбол**	**31**	**11**	**3**	**8**	**20**	
5.1	ПК-10 ОК-3	Определение основных понятий: тактика, средства и способы ведения игры, индивидуальные, групповые и командные действия.	3	1	1	-	2	1,2,3,5,6
5.2	ПК-7 ПК-10 ПК-27	Тактика нападения: индивидуальные, групповые и командные действия	7	3	1	2	4	1,2,5,6

5.3	ПК-7 ПК-10 ПК-27	Тактика защиты: индивидуальные, групповые и командные действия	7	3	1	2	4	1,2,5,6,8
5.4	ПК-3 ПК-2 ПК-27 ПК-29 ОК-9	Методика обучения тактике нападения	7	2	-	2	5	2,5,6,10
5.5	ПК-3 ПК-2 ПК-27 ПК-29 ОК-9	Методика обучения тактике защиты	7	2	-	2	5	2,5,6,10
6		**Составляющие спортивной подготовки игры волейбол**	**17**	**6**	**2**	**4**	**11**	
	ПК-1 ПК-3 ПК-2 ПК-4 ПК-26 ПК-30 ПК-34 ОК-10	Физическая подготовка	9	3	1	2	6	1,2,3,7
	ПК-1 ПК-3 ПК-2 ПК-4 ПК-26 ПК-30 ПК-34 ОК-10	Психологическая подготовка	8	3	1	2	5	1,2,6,7
		ИТОГО:	**108**	**46**	**18**	**28**	**62**	

5. ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ И СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

№ п/п	№ раздела	Наименование практических занятий	Трудоёмкость	Рекомендуемая литература /примечание/
1	3	Методика судейства соревнований по волейболу, ведение документации	1	8
2	4	Техника нападения: -техника перемещения; -техника владения мячом (передачи);	3	1,2,4,8,9
3	4	Техника нападения: -подачи; -атакующие удары;	3	1,2,4,8,10
4	4	Техника защиты: -техника перемещений; -прием мяча; -блокирование;	3	1,2,4,5,6
5	4	Методика обучения технике нападения;	3	6,7,9,10
6	4	Методика обучения технике защиты;	3	6,7,9,10
7	5	Тактика нападения: индивидуальные, групповые и командные действия	2	1,2,5,6
8	5	Тактика защиты: индивидуальные, групповые и командные действия	2	6,7,9,10
9	5	Методика обучения тактике нападения	2	1,2,5,6
10	5	Методика обучения тактике защиты	2	1,2,5,6
11	6	Физическая подготовка волейболиста	2	1,2,3
12	6	Психологическая подготовка волейболиста	2	1,2,3
Итого:			28	

6. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА ОБУЧАЮЩИХСЯ

	Подготовка к лекционным занятиям	Подготовка к практическим занятиям	Выполнение домашней контрольной	Написание реферата

			РАБОТЫ	
История развития игры в волейбол	**-**	**-**	**-**	**3**
Места занятий, оборудование и инвентарь по волейболу	**2**	**-**	**-**	**-**
Правила игры и методика судейства соревнований по волейболу	**2**	**2**	-	**-**
Правила игры. Судьи, их обязанности и официальные сигналы	2	2	-	-
Методика судейства игры, ведение документации.	-	2	-	-
Техника игры в волейбол	**10**	**10**	**2**	**-**
Характеристика техники игры волейбол, классификация технических приёмов	2	-	-	-
Техника нападения: -техника перемещения; -техника владения мячом (передачи);	2	2	-	-
Техника нападения: -подачи; -атакующие удары;	2	2	-	-
Техника защиты: -техника перемещений; -прием мяча; -блокирование;	2	2	-	-
Методика обучения технике нападения;	1	2	1	-
Методика обучения технике защиты;	1	2	1	-
Тактика игры в волейбол	**8**	**8**	**4**	**-**
Определение основных понятий: тактика, средства и способы ведения игры, индивидуальные, групповые и командные действия.	2	-	-	-
Тактика нападения: индивидуальные, групповые и командные действия	2	2	-	-
Тактика защиты: индивидуальные, групповые и командные действия	2	2	-	-
Методика обучения тактике нападения	1	2	2	-
Методика обучения тактике защиты	1	2	2	-
Составляющие спортивной подготовки игры волейбол	**2**	**4**	**-**	**5**

Физическая подготовка	1	2	-	3
Психологическая подготовка	1	2	-	2
ИТОГО: 62 часа	**24**	**24**	**6**	**8**

6.1. Примерные темы рефератов

- История возникновения игры волейбол
- История развития волейбола в России
- Волейбол на Олимпийских играх
- Мировой волейбол
- Тенденции развития игры волейбол
- Пляжный волейбол
- Волейбол – как средство активного отдыха
- Особенности двигательной деятельности в волейболе
- Особенности психологической подготовки в волейболе
- Особенности физической подготовки в волейболе
- Особенности технической подготовки в волейболе

7. КОНТРОЛЬ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Контроль результативности на очной форме обучения включает зачет по билетам (см. приложение 2), защиту практических занятий с применением тестовых заданий (см. приложение 3), защиту домашней контрольной работы (разработка планов-конспектов учебно-тренировочного занятия), защиту реферата. Сводная информация по контролю с указанием номеров разделов содержания дисциплины, вида учебной работы и учебного процесса, вида, метода и средства контроля приведена в матрице контроля (см. приложение 4).

Распределение зачётных единиц:

Сдача зачёта – 2,0 з.е.
Защита реферата – 0,5 з.е.
Написание домашней контрольной работы – 0,5 з.е.
Распределение баллов рейтинга:

Вид деятельности	Рейтинг, балл
посещаемость лекционных занятий	0 – 20
посещаемость практических занятий	0 – 20
защита реферата	0 – 10
написание тестового задания	0 – 20
Выполнение домашней контрольной работы	0 – 10

Сдача зачёта	0 – 20
Максимум	100

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебная литература

Основная:

1. Беляев, А.В. Волейбол на уроке физической культуры: учебно-методическое пособие / А.В. Беляев, М.В. Савин. – М.: Физкультура и спорт: : СпортАкадемПресс, 2005.- 144с.

2. Железняк, Ю. Д. Волейбол: методическое пособие по обучению игре / Ю.Д. Железняк. – М.: Терра-Спорт: Олимпия Пресс, 2005. - 112 с.

3. Клещёв, Ю.Н. Волейбол. Школа тренера / Ю.Н. Клещёв. – М.: ФиС, 2005.- 400 с.

4. Спортивные игры. Совершенствование спортивного мастерства: учебник для студентов вузов, обучающихся по специальности "Физ. культура". - 4-е изд., стер. - М.: Академия, 2010. - 400 с.

5. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения: учебник для студентов вузов, обучающихся по специальности 033100 - Физ. культура. - 4-е изд., стер. - М.: Академия, 2007. - 520 с.

6. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения: учебник для студентов вузов, обучающихся по специальности "Физ. культура". - 6-е изд., стер. - М.: Академия, 2010. - 520 с.

Дополнительная:

7. Бельских, Е.В. Системный подход в подготовке студентов-волейболистов: метод. реком. / Е.В. Бельских. – Екатеринбург: 2005.- 25 с.

8. Бердникова, Ю.Г. Волейбол (часть 1): методические указания / Ю.Г. Бердникова. – Екатеринбург: 2010. – 26 с.

9. Бердникова, Ю.Г. Волейбол. Техника и тактика игры (часть 2): методические указания / Ю.Г. Бердникова. – Екатеринбург: 2011. – 18 с.

10. Шавнина, М.В. Организация учебно-тренировочного процесса по волейболу со студентами групп спортивного совершенствования: методические указания / М.В. Шавнина. – Екатеринбург: 2008.-23 с.

9. ТРЕБОВАНИЯ К РЕСУРСАМ

1. Учебники, учебные пособия, справочная литература.
2. Компьютер с периферией или ноутбук.
3. Доска аудиторная.
4. Мячи волейбольные.
5. Сетка со стойками.
6. Свистки.
7. Насосы

Учебно-методическое обеспечение дисциплины

№ п/п	Автор, наименование	Год издания	Количество экземпляров в научной библиотеке	Количество обучающихся	Коэффициент книгообеспеченности
	Основная литература				
1	Беляев А.В. Волейбол на уроке физической культуры: учебно-методическое пособие	2005	5	0	0
2	Железняк, Ю. Д. Волейбол: методическое пособие по обучению игре	2005	5	0	0
	Дополнительная литература				
1	Бердникова Ю.Г., Жданова Ю.С. Волейбол (часть I): методические указания.	2010	15	0	0

2	Бердникова Ю.Г., Жданова Ю.С. Волейбол. Техника и тактика игры (часть II): методические указания.	2011	10	0	0
	Бельских Е.В. Системный подход в подготовке студентов-волейболистов: метод. рекомендации	2005	44	0	0
	Шавнина М.В., Бельских Е.В. Организация учебно-тренировочного процесса по волейболу со студентами групп спортивного совершенствования: методические указания.	2008	45	0	0

Приложение____ (обязательное)
Только для дисциплин ФГОС

Лист контрольных мероприятий
(для выдачи обучающемуся)

Перечень и содержание модуля учебной дисциплины	Максимально возможный балл по виду учебной работы							
	Текущая аттестация						Контрольное мероприятие	Итого
	Самостоятельное проведение учебно-тренировочного занятия	Разработка плана-конспекта	Написание и защита реферата	Контрольное мероприятие	Посещаемость занятий	Активность на занятиях	Зачет	
	10	10	10		50	10	100	100
Обязательный минимум для допуска к экзамену	10	10			31			

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

ПРОТОКОЛ

согласования междисциплинарных входов и выходов

Обеспечиваемая дисциплина – волейбол
Направление – *Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм*
Профиль – спортивно-оздоровительный туризм
Курс – 2; Семестр – 3; Трудоёмкость – 3 з.е.
Факультет – *гуманитарный*
Кафедра – *физического воспитания и спорта*
Заведующий кафедрой – *профессор Кошелев В.Ф.*
Преподаватель дисциплины – старший преподаватель *Бердникова Ю.Г.*
Обеспечивающая дисциплина – *физическая культура*
Курс – 1,2*;* Семестр – 1,2,3; Трудоёмкость – 2 з.е.
Факультет – *гуманитарный*
Кафедра – *физического воспитания и спорта*
Заведующий кафедрой – *профессор Кошелев В.Ф.*
Преподаватель дисциплины – Бердникова Ю.Г.
1.. В результате изучения обеспечивающей дисциплины обучающийся должен:

- Знать основные технические элементы игры, основные правила;
- Уметь использовать основные двигательные навыки при игре;
- Иметь навыки в применении полученных знаний в организации соревновательной деятельности.

---

2. Прочие согласуемые положения - *нет*

Заведующий кафедрой, на которой читается обеспечивающая дисциплина

_____(подпись)

Заведующий кафедрой, на которой читается обеспечиваемая дисциплина _____(подпись)

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

ВОПРОСЫ К ЗАЧЕТУ

1. История возникновения волейбола.
2. Развитие советского и российского волейбола.
3. Эволюция правил игры в волейбол.
4. Подачи (виды подач, анализ техники, методика обучения, тактика применения подач).
5. Перемещения и стойки в волейболе (способы, виды, анализ).
6. Анализ техники и методика обучения передачи мяча сверху двумя руками.
7. Анализ техники и методика обучения приему и передачи мяча снизу двумя руками.
8. Анализ техники и методика обучения нападающему удару.
9. Анализ техники и методика обучения блокированию.
10. Сущность игры в волейбол (размеры площадки, стойка и сетка, основные игровые зоны, мяч, вес, размер).
11. Обязанности игроков и тренеров.
12. Либеро, функции игрока.
13. Организация соревнования (календарь, заявки, протокол).
14. Обязанности судей (состав, отличие от судейской бригады, обязанности 1 и 2 судьи, судьи-секретаря, судьи на линии).
15. Методика обучения защитным действиям в волейболе.
16. Методика и техника одиночного и группового блокирования.
17. Методика и техника верхней прямой подачи в прыжке и ее эффективность.
18. Эффективность применения приема и передачи мяча двумя руками снизу в защитных действиях.
19. Подача в волейболе как одно из средств нападения.
20. Системы игры в нападении и их эффективность.

21. Эволюция правил соревнований по волейболу и их влияние на развитие техники и тактики игры.

22. Травматизм и его профилактика в волейболе

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

ТЕСТЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

Оборудование и инвентарь в волейболе

1. Выберите верный размер волейбольной площадки.

а) 18 х 8 б) 18 х 10

в) 18 х 9 г) 19 х 9

2. Ширина линий волейбольной площадки.

а) 7 см б) 4 см

в) 6 см г) 5 см

3. Высота женской и мужской волейбольной сетки.

а) 2,25м - ж, 2,45м – м. б) 2,24м - ж, 2,43м – м.

в) 2,21м - ж, 2,45м – м. г) 2,23м - ж, 2,44м – м.

4. Длинна антенны.

а) 1,85 м б) 1,90 м

в) 1,80 м г) 1,95 м

5. Вес волейбольного мяча.

а) 260-280 г б) 260-290 г

в) 250-270 г г) 270-290 г

6. На каком расстоянии находится линия нападения от средней линии?

а) 2,5 м б) 3,5 м

в) 2,8 м г) 3 м

Характеристика игры в волейбол

1. из скольких партий проводится игра в волейбол

а) 4 б) 3

в) 5 г) 6

2. До скольких очков играются партии (кроме 5)?

а) до 26 очков б) до 25 очков

в) до 24 очков г) до 30 очков

3. Как должны быть пронумерованы футболки у игроков в волейбол?

а) от 1 до 18 номера б) от 1 до 12 номера

в) от 1 до 14 номера г) от 1 до 20 номера

4. Где находится тренер во время перерыва?

а) за лицевой линией б) на площадке

в) за боковой линией г) за боковой линией рядом со II судьей

5. Сколько перерывов имеет каждая команда?

а) 3 б) 1

в) 2 г) 4

6. Сколько длится один перерыв в волейболе?

а) 1 мин б) 30 сек

в) 40 сек г) 1,5 мин

Судейство соревнований по волейболу

1. Сколько человек должно быть заявлено на соревнованиях по волейболу?

а) 10 б) 14

в) 12 г) 11

2. Кто из судей следит за переходом средней линии?

а) первый б) судья секретарь

в) второй г) линейный судья

3. Сколько замен можно использовать в одной партии?

а) 6 б) 3

в) 4 г) 2

4. Для игрока «либеро» какой прием запрещен?

а) подача в защите б) игра в защите

в) игра на приеме г) вторая передача

5. Выберите верный судейский корпус на соревнованиях по волейболу.

а) первый судья
секретарь

б) первый судья
линейные

в) первый судья
секретарь
второй

г) первый судья
второй
секретарь
линейные

6. Сколько человек может одновременно находится на площадке?

а) 7 б) 6

в) 8 г) 5

Основы техники в волейболе

1. Какую стойку принимает волейболист при игре в защите

а) игрок находится в высокой стойке, туловище сильно наклонено вперед.

б) игрок находится в полуприседе, туловище слегка наклонено вперед.

в) игрок находится в полуприседе, туловище сильно наклонено вперед.

г) игрок находится в высокой стойке, туловище отклонено назад.

2. Какого из перечисленных блокирований не существует в волейболе?

а) одиночное б) двойное

в) тройное г) смешанное

3. Какой подачи не существует в волейболе?

а) нижняя прямая б) верхняя прямая

в) верхняя боковая г) нижняя планирующая

4. Как располагается кисть в момент прямого нападающего удара в волейболе?

а) кисть накрывает мяч сверху б) кисть находится под мячом

в) кисть находится справа от мяча г) кисть находится слева от мяча

5. Назовите правильное положение ног при выполнении отталкивания при прямом нападающем ударе в волейболе.

а) стопы параллельны, ноги прямые

б) стопы параллельны, ноги слегка согнуты в коленях

в) одна стопа впереди, ноги слегка согнуты в коленях

г) одна нога впереди, ноги прямые

6. Выберете верный способ постановки руки перед ударом при прямой верхней подаче.

а) рука прямая

б) рука немного согнута, локоть отведен в сторону кисть расслаблена

в) рука прямая, кисть напряжена

г) рука немного согнута, локоть отведен в сторону, кисть напряжена

Тактика в волейболе

1. Что не относится к тактической подготовке волейболиста?

а) чтение литературы по технике волейбола

б) выработка умения распределить свои силы в игре и период соревнований.

в) беседы с тренерами коллегами по команде о тактике

г) анализ своих выступлений в соревнованиях

2. Какое понятие не относится к тактике защиты в волейболе?

а) блокирование б) прием мяча с подачи и от нападающего удара

в) подача г) страховка

3. Какой комбинации нападения не существует в волейболе.

а) волна б) крест

в) обратная волна г) обратный крест

4. Максимальное количество игроков, участвующих в блокировании в волейболе?

а) 1 б) 2

в) 3 г) 4

5. Что не относится к средствам тактической подготовки в волейболе?

а) подвижные и спортивные игры, специальные эстафеты

б) упражнения по тактике

в) двухсторонние игры, контрольные игры и соревнования

г) подготовительные упражнения на меткость

6. Какой тактической системы в в волейболе не существует?

а) 1-5 б) 2-4

в) 3-3 г) 6-0

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Матрица контроля

текущей и итоговой результативности учебного процесса

по дисциплине: «Волейбол»

№ раз де ла	Наименование раздела	Вид и форма учебных занятий, вид, метод и средство контроля					
		аудиторные				самостоятельные	
		лекции		практич. занятия		Реферат, контрольная работа	
		текущ	итог	текущ	итог	текущ	Итог
		Контроль посещ-ти	зачёт	Контроль посещ-ти	Тестир	Контрольн. график	Защита
1	История развития игры в волейбол	-	-	-	-	Бланк учёта	опрос
2	Места занятий, оборудование и инвентарь по волейболу	Бланк учёта	опрос тест	Бланк учёта	опрос	Бланк учёта	опрос
3	Правила игры и методика судейства соревнований по волейболу	Бланк учёта	опрос тест	Бланк учёта	опрос	_	_
4	Техника игры в волейбол	Бланк учёта	тест, тест	Бланк учёта	Тест	Бланк учёта	опрос
5	Тактика игры в волейбол	Бланк учёта	Билет, тест	Бланк учёта	_	_	_
6	Составляющие спортивной подготовки игры волейбол	Бланк учёта	Билет, тест	Бланк учёта	_	Бланк учёта	защита