

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**

---

**Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту**

**Факультет Фізичної культури і спорту**

**Кафедра Спортивних ігор**

**«ЗАТВЕРДЖУЮ»**

**Завідувач кафедри спортивних ігор**

доц. Мітова О.О.

\_\_\_\_\_ 2019 р.

**Р о б о ч а   п р о г р а м а   н а в ч а л ь н о ї   д и с ц и п л і н и**

**Теорія і методика обраного виду спорту (ТМС) (волейбол)**

**I курс**

**Бакалавр**

галузь знань	<b>01 Освіта/Педагогіка</b>
спеціальність	<b>014 Середня освіта</b>
спеціалізація	<b>014.11 Фізична культура</b>
факультет	<b>Фізичного виховання</b>
вид дисципліни	<b>Вибіркова</b>

**2019 – 2020 навчальний рік**

Робоча програма навчальної дисципліни для студентів 1 курсу (I, II семестр) – **Теорія і методика обраного виду спорту** для здобувачів ступеню вищої освіти **бакалавр**, галузі знань – **01 «Освіта/Педагогіка»**, спеціальності **014 «Середня освіта»**.

Розробники:

**Мітова Олена Олександрівна, к.фіз.вих., доцент**  
**Малойван Ярослав Володимирович, доцент кафедри спортивних ігор**

Робочу програму схвалено на засіданні кафедри **спортивних ігор**, факультету **Фізичної культури і спорту**, Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту.

Протокол № 15 від “ 30 ” травня 2019 р.

Завідувач кафедри \_\_\_\_\_ доц. Мітова О.О.

“ 31 ” травня 2019 р.

© Мітова Олена Олександрівна, 2019 рік  
© Малойван Ярослав Володимирович, 2019 рік

## 1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни
		денна форма навчання
Кількість кредитів – 5	Галузь знань <b>«Освіта/Педагогіка»</b> Спеціальність <b>014 «Середня освіта».</b>	<b>Вибіркова</b>
Модулів – 1	Спеціалізація/ОПП <b>014.11 Фізична культура</b>	Рік підготовки:
Змістових модулів – 5		<b>І-й</b>
		Семестр
		<b>1, 2-й</b>
Загальна кількість годин – <b>150</b> аудиторних – <b>96</b> самостійної роботи студента – <b>54</b>	Ступінь вищої освіти <b>«Бакалавр»</b>	Лекції <b>20 год.</b>
		Практичні, семінарські <b>76 год.</b>
		Самостійна робота <b>54 год.</b>
		Вид контролю:
		<b>Залік, іспит</b>

## 2. Мета та завдання навчальної дисципліни

**Мета** – формування професійно-педагогічних навичок, вмінь і одержання знань, необхідних для самостійної викладацької роботи, сприяти підготовці гармонійно розвинутих висококваліфікованих спеціалістів у галузі фізичної культури і спорту.

### Завдання:

- навчити студентів технічним прийомам гри;
- засвоїти методику навчання техніки гри;
- володіти навичками суддівства;
- знати і підтримувати основи здорового способу життя;
- знати основи організації і методики найбільш ефективних видів і форм раціональної рухової діяльності і вміти використовувати їх на практиці;

У результаті вивчення навчальної дисципліни «Теорія і методика волейболу» студент повинен **знати**:

- про волейбол як вид спорту і засіб фізичного виховання;
- про техніку гри у нападі і захисті;
- правила змагань з волейболу;
- засоби і методи навчання елементів техніки гри;
- методику суддівства змагань з волейболу;
- планування навчальної роботи з волейболу на уроках фізичної культури і роботу спортивної секції в школі;
- організацію занять волейболом на уроках фізичної культури і у неурочних формах роботи.

### вміти:

- виконувати на рівні рухового вміння: елементи техніки гри у нападі і захисті;
- використовувати комплекс технічних прийомів у нападі і захисті;
- визначати стабільність і варіативність спортивної техніки;
- ставити конкретні завдання щодо досягнення бажаних результатів навчально-тренувального процесу;
- формувати знання про техніку безпеки і навички безпечної поведінки;

- визначити справність спортивного інвентарю та приладдя, що застосовуються на занятті;
- забезпечити виконання гігієнічних вимог до місць та умов проведення занять та змагань;
- надавати першу медичну допомогу при різних видах травм;
- використовувати різні методи наочного сприйняття, в залежності від завдань заняття;
- забезпечувати необхідні передумови до ефективного навчання руховій дії;
- вивчати порядок побудови процесу навчання конкретній дії;
- розподілити процес навчання руховій дії на етапи і у відповідності до них визначати завдання навчання;
- попереджувати помилки в процесі навчання руховій дії виявляти помилки в процесі її виконання, визначати причини виникнення помилок та виправляти їх;
- візуально аналізувати основні кінематичні, динамічні та ритмічні характеристики, виконання рухової дії;
- навчати руховій дії паралельно з набуттям, уточненням і закріпленням знань та різнобічним розвитком фізичних якостей;
- складати календар змагань з виду спорту;
- розробити «Положення» про змагання;
- сформувати суддівську бригаду;
- сформувати оргкомітет з проведення змагань.

#### **Загальні компетентності:**

- здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями;
- здатність реалізовувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні;
- здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і примножувати досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій;
- здатність працювати як автономно, так і в команді;
- здатність планувати та управляти часом;
- здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово;
- здатність спілкуватися іноземною мовою;
- здатність користуватися сучасними інформаційними і комунікаційними технологіями;
- здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети, володіння навичками міжособистісної взаємодії;
- здатність бути критичним і самокритичним;
- здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів);
- здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях;
- здатність оцінювати та забезпечувати якість виконуваних робіт, а також приймати обґрунтовані рішення.

#### **Фахові компетентності:**

- здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості;
- здатність здійснювати пошук, аналіз і оцінку інформації, у т.ч. за допомогою інформаційно-комунікаційних технологій, необхідної для постановки і вирішення професійних завдань, професійного та особистісного розвитку;
- здатність використовувати компетентнісний підхід у фізичному вихованні учнів закладів загальної середньої освіти;
- здатність задовольняти особистісні потреби дитини в процесі фізкультурної діяльності та досягти індивідуалізації навчання;
- здатність використовувати сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні дітей;
- здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини;
- здатність проводити біомеханічний аналіз рухових дій людини;
- готовність до систематизації, узагальнення та поширення вітчизняного та закордонного досвіду в професійній сфері;
- здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом;

- здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями;
- здатність самостійно проводити заняття з в шкільній секції спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму;
- здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар;
- здатність аналізувати та проектувати на сучасному рівні освітній процес, у тому числі в умовах інклюзивної освіти;
- здійснювати планування, організацію, контроль освітнього процесу, спортивної, фізкультурно-оздоровчої діяльності;
- здатність розробляти методичну документацію в сфері фізичної культури і спорту з обліком соціальних, морфофункціональних, психологічних особливостей контингенту різної статі та віку, природничих і економічних особливостей регіону;
- здійснювати пропаганду фізичної культури, спорту, туризму, здорового способу життя, у тому числі, з використанням сучасних інформаційних технологій;
- здатність до безперервного професійного розвитку.

### 3. Програма навчальної дисципліни

**Змістовий модуль 1.** Загальні основи теорії обраного виду спорту.

**Тема 1.** «Історія розвитку волейболу, його виникнення в світі та на Україні».

**Змістовий модуль 2.** Організація та проведення змагань.

**Тема 2.** «Правила гри в волейбол. Методика суддівства».

**Змістовий модуль 3.** Основи техніки обраного виду спорту.

**Тема 3.** «Техніка гри в волейбол. Класифікація техніки гри».

**Змістовий модуль 4.** Техніко-тактичні дії в обраному виді спорту.

**Тема 4.** «Загальна характеристика методики навчання в волейболі».

**Змістовий модуль 5.** Змагання та змагальна діяльність .

**Тема 5.** «Характеристика сторін підготовки волейболістів, їх взаємозв'язок. Сучасні тенденції розвитку волейболу на Україні та за кордоном».

### 4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин			
	денна форма навчання			
	усього	у тому числі		
		Лекції	Практичні Семінарські	Самост. робота
<b>Модуль 1</b>				
<b>Змістовий модуль 1. «Загальні основи теорії обраного виду спорту».</b>				
Тема 1. «Історія розвитку волейболу, його виникнення в світі та на Україні».	30	4	16	10
<b>Змістовий модуль 2. «Організація та проведення змагань».</b>				
Тема 2. «Правила гри в волейбол. Методика суддівства».	30	4	16	10
<b>Змістовий модуль 3. «Основи техніки обраного виду спорту».</b>				
Тема 3. «Техніка гри в волейбол. Класифікація техніки гри».	30	4	14	12
<b>Змістовий модуль 4. «Техніко-тактичні дії в обраному виді спорту».</b>				
Тема 4. «Загальна характеристика методики навчання в волейболі».	30	4	14	12
<b>Змістовий модуль 5. «Змагання та змагальна діяльність».</b>				

Тема 5. «Характеристика сторін підготовки волейболістів, їх взаємозв'язок. Сучасні тенденції розвитку волейболу на Україні та за кордоном».	30	4	16	10
<b>Всього</b>	<b>150</b>	<b>20</b>	<b>76</b>	<b>54</b>

### 5. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема № 1. «Історія розвитку волейболу, його виникнення в світі та на Україні» - проведення модульної роботи.	2
2.	Тема № 2. «Правила гри в волейбол. Методика суддівства» - проведення модульної роботи.	2
3.	Тема № 3. «Техніка гри в волейбол. Класифікація техніки гри» - проведення модульної роботи.	2
4.	Тема № 4. «Загальна характеристика методики навчання в волейболі» - проведення модульної роботи.	2
5.	Тема № 5. «Характеристика сторін підготовки волейболістів, їх взаємозв'язок. Сучасні тенденції розвитку волейболу на Україні та за кордоном». - проведення модульної роботи.	4
	<b>Всього:</b>	<b>12</b>

### 6. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема № 1. «Історія розвитку волейболу, його виникнення в світі та на Україні» - проведення модульної роботи.	16
2.	Тема № 2. «Правила гри в волейбол. Методика суддівства».	16
3.	Тема № 3. «Техніка гри в волейбол. Класифікація техніки гри».	14
4.	Тема № 4. «Загальна характеристика методики навчання в волейболі».	14
5.	Тема № 5 «Характеристика сторін підготовки волейболістів, їх взаємозв'язок. Сучасні тенденції розвитку волейболу на Україні та за кордоном».	16
	<b>Всього:</b>	<b>64</b>

### 8. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема № 1. «Історія розвитку волейболу, його виникнення в світі та на Україні» - проведення модульної роботи.	10
2.	Тема № 2. «Правила гри в волейбол. Методика суддівства»	10
3.	Тема № 3. «Техніка гри в волейбол. Класифікація техніки гри».	12
4.	Тема № 4. «Загальна характеристика методики навчання в волейболі».	12
5.	Тема № 5. «Характеристика сторін підготовки волейболістів, їх взаємозв'язок. Сучасні тенденції розвитку волейболу в на Україні та за кордоном».	10
	<b>Всього:</b>	<b>54</b>

## 10. Методи навчання

1. метод словесний;
2. метод наочний;
3. метод спостереження;
4. метод практичних вправ;
5. метод повторний;
6. метод ігровий;
7. інноваційний метод імітації та імітаційні ігри;
8. інформаційно-комунікативні технології навчання (мультимедіа презентації);
9. метод змагальний.

## 11. Методи контролю

1. Поточний контроль з теми заняття. У тому числі з самостійної роботи за усіма нормами передбаченими робочою програмою.
2. Модульна робота з кожного змістовного модулю.
3. Тестування рухливих умінь і навичок.
4. Модульна робота: письмові завдання по темам № 1,2,3,4,5.
5. Навчальна практика: проведення уроку по навчання окремого технічного прийому або тактичної дії (по вказівці викладача).

Контроль з навчальної діяльності студента здійснюється за модульно-рейтинговою системою результати якої оцінюються за 100-бальною шкалою.

### Орієнтований перелік питань, які визначаються як питання поточного та семестрового контролю.

1. Рік виникнення волейболу, засновник волейболу?
2. В якому році були опубліковані перші правила волейболу?
3. Де, коли і ким була заснована ФІВБ. (Міжнародна федерація волейболу)?
4. 4.Рік включення чоловічого та жіночого волейболу до програми Олімпійських ігор?
5. Які жіноча та чоловіча команда стали першими Олімпійськими чемпіонами з волейболу?
6. Розмір волейбольного майданчика?
7. Кількість замін. Які заміни бувають?
8. Розповісти про обов'язки головного судді.
9. Розповісти основні розміри сітки та стійок ?
10. Кількість стартового складу команди? М'ячі (стандарти)?
11. Ширина ліній, що оточує майданчик?
12. Керівники команди. Ігровий формат (набір очка, виграш партії, виграш матчу. Неявка та неповна команда).
13. Дати визначення поняттю «техніка гри»?
14. Дати визначення технічним прийомам та технічній підготовці.
15. Які основні задачі та засоби технічної підготовки?
16. Розповісти про взаємозв'язок сторін підготовки волейболістів.
17. Перший суддя. Місцезнаходження. Повноваження. Обов'язки?
18. Другий суддя. Місцезнаходження. Повноваження. Обов'язки?
19. Розповісти класифікацію техніки захисту.
20. Розповісти класифікацію техніки переміщень.
21. Розповісти класифікацію техніки нападу.
22. Класифікація техніки володіння м'ячем.
23. Розповісти класифікацію передач м'яча..
24. Класифікація техніки протидій?
25. Як виконуються передачі м'яча однією рукою?
26. Як виконуються передачі м'яча двома руками?
27. Розповісти класифікацію подач

28. Класифікація нападаючих ударів.
29. Розповісти класифікацію стійок?
30. Розповісти класифікацію прийому м'яча?
31. Розповісти класифікацію блоку?
32. Дати характеристику сторонам підготовки волейболістів.
33. Які методи навчання використовуються на етапах підготовки волейболістів?
34. Дати характеристику основних етапів навчання руховій дії.
35. З чого починається вивчення прийомів на етапі первинного навчання?
36. Чим характеризується етап поглибленого розучування?
37. Дати характеристику теоретичної підготовки волейболістів.
38. Дати характеристику змагальної підготовки волейболістів.
39. Дати характеристику фізичної підготовки волейболістів.
40. Засоби теоретичної підготовки волейболістів?
41. Дати характеристику технічної підготовки волейболістів.
42. Види фізичної підготовки, та їх характеристика?
43. Дати характеристику тактичної підготовки волейболістів.
44. Мета та завдання фізичної підготовки волейболістів?
45. Дати характеристику психологічної підготовки волейболістів.
46. Мета та завдання технічної підготовки?
47. Дати характеристику інтегральної (ігрової) підготовки волейболістів?
48. Розповісти етапи навчання руховим діям.
49. Дати характеристику загальній структурі вивчення технічних прийомів в волейболі.
50. Розповісти методику навчання переміщенням волейболістів.

## 12. Розподіл балів, які отримують студенти

Підсумкова кількість балів за змістовний модуль визначається, як сума балів за результатами поточного контролю плюс бали модульної роботи.

Поточне тестування та самостійна робота 1 семестр				
Змістовий модуль № 1	Змістовий модуль № 2	Змістовий модуль № 3	Сума	
Тема 1	Тема 2	Тема 3	60-100	60-100
<b>60-100</b>	<b>60-100</b>	<b>60-100</b>		

Поточне тестування та самостійна робота 2 семестр				
Змістовий модуль № 4	Змістовий модуль № 5	Іспит	Сума	
Тема 1	Тема 2	20-40	60-100	
<b>40-60</b>	<b>40-60</b>			

### 12.1. Шкала оцінювання : національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		Для екзамену, курсового проекту	Для заліку
<b>90 – 100</b>	<b>A</b>	відмінно	зараховано
<b>82 – 89</b>	<b>B</b>	добре	
<b>74 – 81</b>	<b>C</b>		
<b>64 – 73</b>	<b>D</b>	задовільно	
<b>60 – 63</b>	<b>E</b>		
<b>35 – 59</b>	<b>FX</b>	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
<b>0 – 34</b>	<b>F</b>	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням	не зараховано з обов'язковим повторним

		дисципліни	вивченням дисципліни
--	--	------------	----------------------

- «відмінно» - якщо студент правильно вирішив практичне або ситуаційне завдання, проявив глибокі знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.
- «добре» - якщо студент не повністю вирішив практичне або ситуаційне завдання, але проявив достатні знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.
- «задовільно» - якщо студент не послідовно і не логічно вирішив практичне або ситуаційне завдання, але проявив достатні знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.
- «незадовільно» - якщо студент не вирішив практичне або ситуаційне завдання і не проявив достатні знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.

## 12.2. Форми контролю

№ з/п	Назва теми	Кількість балів
	<b>Тема № 1.</b> «Історія розвитку волейболу, його виникнення в світі та на Україні».	<b>60-100</b>
1.	Презентація на тему: «Історія розвитку волейболу, його виникнення на Україні» . Захистити реферат.	30-50
2.	Опитування.	30-50
	<b>Тема № 2.</b> «Правила гри в волейбол. Методика суддівства».	<b>60-100</b>
1.	Написати комплекс ЗРВ (на місці).	30-50
2.	Опитування	30-50
	<b>Тема № 3.</b> «Техніка гри в волейбол. Класифікація техніки гри».	<b>60-100</b>
1.	Провести комплекс ЗРВ (на місці).	30-50
2.	Опитування.	30-50
	<b>Тема № 4.</b> «Загальна характеристика методики навчання в волейболі».	<b>40-60</b>
1.	Написати підготовчу частину.	20-30
2.	Опитування.	20-30
	<b>Тема № 5.</b> «Характеристика сторін підготовки волейболістів, їх взаємозв'язок. Сучасні тенденції розвитку волейболу на Україні та за кордоном».	<b>40-60</b>
1.	Написати план-конспект (за обраною темою)	20-30
2.	Опитування	20-30
	<b>Екзамен</b>	<b>20-40</b>
	<b>Всього:</b>	<b>60-100</b>

### Критерії оцінки доповіді (тема №1):

50 балів – доповідь з використанням мультимедійної системи та сучасної літератури.

40 балів – доповідь з використанням мультимедійної системи, але без використання останніх публікацій по темі.

30 балів – під час доповіді не використовувалась мультимедійна система та останні публікації по темі.

### Критерії оцінки розроблених комплексів ЗФП (тема №2):

50 балів – розроблено 10-12 вправ з організаційно-методичними вказівками; правильно підбрано дозировку виконання вправ.

40 балів – розроблено 8-10 вправ з організаційно-методичними вказівками; при дозировці виконання вправ допущені помилки.

30 балів – розроблено 8 вправ, не до всіх вправ є організаційно-методичні вказівки, при дозировці виконання вправ допущені значні помилки.

### Критерії оцінки розроблених планів-конспектів (тема №4,5):

30 балів – розроблено 10-12 вправ для вивчення технічного прийому з організаційно-методичними вказівками; правильно підібрано дозировку виконання вправ.

25 балів – розроблено 8-10 вправ для вивчення технічного прийому з організаційно-методичними вказівками; при дозировці виконання вправ допущені помилки.

20 балів – розроблено 8 вправ для вивчення технічного прийому, не до всіх вправ є організаційно-методичні вказівки, при дозировці виконання вправ допущені значні помилки.

#### **Критерії оцінки проведення занять (тема №2):**

50 балів – заняття проведено на високому методичному рівні, з вірно підібраними та використаними засобами та методами навчання. Студент володіє термінологією.

40 балів – заняття проведено на високому методичному рівні, з вірно підібраними та використаними засобами та методами навчання, але допущені незначні помилки в термінології.

30 балів – заняття проведено на хорошому методичному рівні, допущені помилки при використанні засобів та методів навчання

#### **Критерії оцінки проведення занять (тема №4):**

30 балів – заняття проведено на високому методичному рівні, з вірно підібраними та використаними засобами та методами навчання. Студент володіє термінологією.

25 балів – заняття проведено на високому методичному рівні, з вірно підібраними та використаними засобами та методами навчання, але допущені незначні помилки в термінології.

20 балів – заняття проведено на хорошому методичному рівні, допущені помилки при використанні засобів та методів навчання

#### **Критерії оцінки опитування (тема №1,2,3):**

49-50 Студент бездоганно відповів на питання, навів багато прикладів, проявив глибокі системні знання програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури з предмету вивчення.

45-48 Студент правильно відповів на питання, але навів не достатньо прикладів, проявив хороші знання програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури з предмету вивчення.

41-44 Студент на достатньому рівні відповів на питання, навів достатньо прикладів, проявив знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

37-40 Студент не досить повно відповів на питання, не зовсім послідовно і логічно, припустився помилок, але навів приклади, виявив достатні знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

33-36 Студент не послідовно і не логічно відповів на питання та не навів достатньо прикладів, але проявив знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

30-32 Студент не послідовно, не логічно, із суттєвими помилками відповів на питання, не навів прикладів, але проявив знання програмного матеріалу з предмету вивчення.

1 – 29 Відповідь студента не розкриває суті питань.

0 Студент не зробив спроби відповісти на питання.

#### **Критерії оцінки опитування (тема №4):**

29-30 Студент бездоганно відповів на питання, навів багато прикладів, проявив глибокі системні знання програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури з предмету вивчення.

27-28 Студент правильно відповів на питання, але навів не достатньо прикладів, проявив хороші знання програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури з предмету вивчення.

25-26 Студент на достатньому рівні відповів на питання, навів достатньо прикладів, проявив знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

23-24 Студент не досить повно відповів на питання, не зовсім послідовно і логічно, припустився помилок, але навів приклади, виявив достатні знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

21-22 Студент не послідовно і не логічно відповів на питання та не навів достатньо прикладів, але проявив знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

20 Студент не послідовно, не логічно, із суттєвими помилками відповів на питання, не навів прикладів, але проявив знання програмного матеріалу з предмету вивчення.

1 – 19 Відповідь студента не розкриває суті питань.

0 Студент не зробив спроби відповісти на питання.

#### Іспит. Критерії оцінки:

40 Студент бездоганно відповів на питання та вирішив практичне завдання, навів достатньо прикладів, проявив глибокі знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

39 Студент правильно відповів на питання та вирішив практичне завдання, але не навів достатньо прикладів, проявив глибокі знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

38 Студент правильно відповів на питання та вирішив практичне завдання, але не навів прикладів, проявив недостатні знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

37 Студент на достатньому рівні відповів на питання та вирішив практичне завдання, навів окремі приклади, але не проявив глибоких знань змісту програмного матеріалу.

36 Студент на достатньому рівні відповів на питання, припустився незначних помилок при виконанні практичного завдання, навів приклади, але не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

35 Студент припустився незначних помилок при відповіді на питання і виконанні практичного завдання, не навів достатньо прикладів та не проявив достатніх знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

34 Студент припустився помилок при відповіді на питання і виконанні практичного завдання, але навів приклади, не проявив знань змісту програмного матеріалу.

33 Студент не повністю відповів на питання, але вирішив практичне завдання, навів окремі приклади та проявив достатні знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

32 Студент на достатньому рівні відповів на питання, але повністю вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, але проявив знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

31 Студент не повністю відповів на питання і виконав практичне завдання, але навів достатньо прикладів та проявив окремі знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

30 Студент не повністю відповів на питання та вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, проявив окремі знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

29 Студент не послідовно і не логічно відповів на питання і вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, але проявив знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

28 Студент частково відповів на питання, але на достатньому рівні вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, але проявив знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

27 Студент на достатньому рівні відповів на питання, але частково вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, але проявив знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

26 Студент частково відповів на питання і вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, але проявив знання змісту програмного матеріалу та основної літератури.

25 Студент на достатньому рівні відповів на питання, але вирішив практичне завдання з суттєвими помилками, не навів достатньо прикладів, не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

24 Студент відповів на питання з суттєвими помилками, але на достатньому рівні вирішив практичне завдання, навів невірні приклади, не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

23 Студент відповів на питання і вирішив практичне завдання з принциповими помилками, не навів прикладів, не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури, не правильно відповів на додаткові запитання.

22 Студент не повністю відповів на питання, фрагментарно вирішив практичне завдання, не навів прикладів, не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури, неправильно відповів на додаткові запитання.

21 Студент фрагментарно відповів на питання, не повністю вирішив практичне завдання, не навів прикладів, не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної літератури, не відповів на додаткові запитання.

20 Студент фрагментарно відповів на питання та вирішив практичне завдання, не навів прикладів, не має уяви про зміст програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури, не відповів на додаткові запитання.

1 – 19 Відповідь студента не розкриває суті питань.

0 Студент не зробив спроби відповісти на питання.

### 13. Методичне забезпечення

1. Конспект лекцій.
2. Методичні розробки;
3. Мультимедійні лекції;
4. Відеоматеріали
5. Електронні навчальні посібники і підручники.

### 14. Рекомендована література

#### 14.1. Основна

1. Агинако Л. Обучение техническим элементам волейбола. Спорт в школе. 2008 (№23). С. 28-33.
2. Беляев А.В. Волейбол: учебник [для вузов физ. культуры]. Под общ. Ред. А.В. Беляева, М. В. Савина. 4 –изд. М. : ТВТ Дивизион, 2012. 360 с., ил.
3. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М., Савин В.П., Лексаков А.В. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения : Учеб. [для студ. высш. пед. учеб. заведений]. [2-е изд., стереотип]. М. : Издательский центр «Академия», 2004. 520 с.
4. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту). Навчальний посібник. Вінниця : Планер, 2014. 616 с.
5. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учеб. для вузов физ. Культуры. [5-е изд., испр. и доп.]. М. : Сов. спорт, 2010. 340 с.
6. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник [для тренеров]: в 2 кн. К.: Олимпийская литература, 2015. Кн. 1. 680 с.

#### 14.2. Додаткова

1. Мітова О.О., Малойван Я.В., Кіреєв О.А. Основні тенденції розвитку сучасного волейболу. Методичні рекомендації (для студентів, викладачів, тренерів). Дніпропетровськ, 2012.
2. Малойван Я.В., Кіреєв О.А. Методика обучения технике нападения волейбола. Методичні рекомендації для самостійної роботи студентів. Дніпропетровськ, 2012.
3. Малойван Я.В., Кіреєв А.А., Мицак И.В. Методика обучения технике защиты в волейболе. Методические рекомендации для самостоятельной работы студентов дневной и заочной форм обучения. Днепропетровск, 2012.

### 15. Інформаційні ресурси

1. Официальные волейбольные правила 2016 – 2020 р. р. [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: [http://www.fivb.org/EN/Refereeing-Rules/documents/2015%20FIVB Volleyball Rules 2015-16\\_RU.pdf](http://www.fivb.org/EN/Refereeing-Rules/documents/2015%20FIVB%20Volleyball%20Rules%202015-16_RU.pdf)
2. <http://www.fvu.com.ua>
3. <http://www.fivb.com>

Доцент \_\_\_\_\_ Малойван Я.В.  
(підпис)

Завідувач кафедри \_\_\_\_\_ Мітова О.О.  
(підпис)

**Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту**

Факультет Фізичної культури і спорту

Кафедра Спортивних ігор

**«ЗАТВЕРДЖУЮ»**

**Завідувач кафедри спортивних ігор**

доц. Мітова О.О.

\_\_\_\_\_ 2019 р.

**Р о б о ч а   п р о г р а м а   н а в ч а л ь н о ї   д и с ц и п л і н и**

**Теорія і методика обраного виду спорту (ТМС) (волейбол)**

**II курс**

**Бакалавр**

галузь знань **01 Освіта/Педагогіка**

спеціальність **014 Середня освіта**

спеціалізація **014.11 Фізична культура**

факультет **Фізичного виховання**

вид дисципліни **Вибіркова**

**2019 – 2020 навчальний рік**

Робоча програма навчальної дисципліни для студентів 2 курсу (III, IV семестр) – **Теорія і методика обраного виду спорту** для здобувачів ступеню вищої освіти **бакалавр**, галузі знань – **01«Освіта/Педагогіка»**, спеціальності **014 «Середня освіта»**.

Розробники:

**Мітова Олена Олександрівна, к.фіз.вих., доцент**

**Раковська Ірина Анатоліївна, ст. викладач кафедри спортивних ігор**

Робочу програму схвалено на засіданні кафедри **спортивних ігор**, факультету **Фізичної культури і спорту**, Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту.

Протокол № 15 від “ 30 ” травня 2019 р.

Завідувач кафедри \_\_\_\_\_ доц. Мітова О.О.

“ 31 ” травня 2019р.

©Мітова Олена Олександрівна,  
2019 рік

©Раковська Ірина Анатоліївна,  
2019 рік

### 1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни
		денна форма навчання
Кількість кредитів– 4	Галузь знань <b>01 – Освіта/педагогіка</b> Спеціальність <b>014 "Середня освіта"</b>	<b>Вибіркова</b>
Модулів– 1	Спеціалізація/ОПП <b>014.11 Фізична культура</b>	Рік підготовки:
Змістових модулів– 4		<b>II-й</b>
		Семестр
Загальна кількість годин–120		<b>3, 4-й</b>
аудиторних– 90 самостійної роботи студента–30 індивідуальна робота -	Ступень вищої освіти: <b>бакалавр</b>	Лекції <b>20 год.</b>
		Практичні, семінарські <b>68 год.</b>
		Самостійна робота <b>32 год.</b>
		Індивідуальна робота
		Вид контролю: іспит

### 3. Мета та завдання навчальної дисципліни

**Мета** – формування професійно-педагогічних навичок, вмінь і одержання знань, необхідних для самостійної викладацької роботи, сприяти підготовці гармонійно розвинутих висококваліфікованих спеціалістів у галузі фізичної культури і спорту.

#### **Завдання:**

- навчити студентів технічним прийомам гри;
- засвоїти методику навчання тактиці гри;
- володіти навичками суддівства;
- знати і підтримувати основи здорового способу життя;
- знати основи організації і методики найбільш ефективних видів і форм раціональної рухової діяльності і вміти використовувати їх на практиці;

У результаті вивчення навчальної дисципліни «Теорія і методика волейболу» студент повинен **знати:**

- про волейбол як вид спорту і засіб фізичного виховання;
- про тактику гри у нападі і захисті;
- класифікацію тренувальних навантажень;
- засоби і методи навчання елементам тактики гри;
- задачі і організацію НДР в волейболі;
- планування навчальної процесу в багаторічній підготовці спортсменів;

- принципи комплектування команд (на базі однієї або відбір сильніших).

**вміти:**

- визначати загальну кількість і результативність технічних прийомів і тактичних дій;
- планувати стратегію і тактику змагальної діяльності враховуючи стан спортсмена, склад суперників, особливості суддівства, спосіб проведення змагань;
- прогнозувати бажані результати навчально-тренувального процесу, на основі врахування закономірностей адаптації щодо тренувальних впливів;
- розробити підсистему поетапного контролю за виконанням педагогічних завдань;
- визначати параметри тренувальних і змагальних навантажень і зіставляти їх з досягнутими показниками підготовленості спортсменів;
- визначати вікові та індивідуальні особливості спортсменів;
- порівнювати отримані в результаті контролю дані з нормативними (модельними) і виявляти причини відхилень;
- адекватно до мети і завдання дослідження підібрати досліджуваних і методи дослідження;
- визначати оптимальні навантаження під час виконання різних за характером та інтенсивністю фізичних вправ;
- підбирати адекватні форми занять стосовно вікових, статевих, морфофункціональних та психологічних особливостей спортсменів і рівня їх підготовленості;
- формувати мотивацію до занять фізичними вправами, використовуючи різноманітні засоби і методи фізичного виховання і спорту;
  - забезпечити викладення теоретичного матеріалу, використовуючи різні методи слова та наочності.

**Загальні компетентності:**

- здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями;
- здатність реалізовувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні;
- здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і примножувати досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій;
- здатність працювати як автономно, так і в команді;
- здатність планувати та управляти часом;
- здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово;
- здатність спілкуватися іноземною мовою;
- здатність користуватися сучасними інформаційними і комунікаційними технологіями;

- здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети, володіння навичками міжособистісної взаємодії;
- здатність бути критичним і самокритичним;
- здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів);
- здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях;
- здатність оцінювати та забезпечувати якість виконуваних робіт, а також приймати обґрунтовані рішення.

#### **Фахові компетентності:**

- здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості;
- здатність здійснювати пошук, аналіз і оцінку інформації, у т.ч. за допомогою інформаційно-комунікаційних технологій, необхідної для постановки і вирішення професійних завдань, професійного та особистісного розвитку;
- здатність використовувати компетентнісний підхід у фізичному вихованні учнів закладів загальної середньої освіти;
- здатність задовольняти особистісні потреби дитини в процесі фізкультурної діяльності та досягти індивідуалізації навчання;
- здатність використовувати сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні дітей;
- здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини;
- здатність проводити біомеханічний аналіз рухових дій людини;
- готовність до систематизації, узагальнення та поширення вітчизняного та закордонного досвіду в професійній сфері;
- здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом;
- здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями;
- здатність самостійно проводити заняття з в шкільній секції спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму;
- здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар;
- здатність аналізувати та проектувати на сучасному рівні освітній процес, у тому числі в умовах інклюзивної освіти;
- здійснювати планування, організацію, контроль освітнього процесу, спортивної, фізкультурно-оздоровчої діяльності;
- здатність розробляти методичну документацію в сфері фізичної культури і спорту з обліком соціальних, морфофункціональних, психологічних особливостей контингенту різної статі та віку, природничих і економічних особливостей регіону;

- здійснювати пропаганду фізичної культури, спорту, туризму, здорового способу життя, у тому числі, з використанням сучасних інформаційних технологій;
- здатність до безперервного професійного розвитку.

### 3. Програма навчальної дисципліни

#### Модуль I

**Змістовий модуль 6.** Загальні основи теорії обраного виду спорту.

**Тема 1.** «Тактика гри в волейбол».

**Змістовий модуль 7.** Основи тактики обраного виду спорту.

**Тема 2.** «Методика навчання тактичним взаємодіям в волейболі».

**Змістовий модуль 8.** Організація НДР в обраному виді спорту. Змагання та змагальна діяльність.

**Тема 3.** «Засоби та методи технічної підготовки волейболістів».

**Змістовий модуль 9.** Змагання та змагальна діяльність.

**Тема 4.** «Теорія та система відбору в волейболі».

### 4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин				
	денна форма навчання				
	усього	у тому числі			
		Лекції	Практичні	Семінарські (м/к)	Самост. робота
<b>Модуль 1</b>					
<b>Змістовий модуль 6. «Загальні основи теорії обраного виду спорту».</b>					
Тема 1. «Тактика гри в волейбол».	30	6	10	2	12
<b>Змістовий модуль 7. «Основи тактики обраного виду спорту».</b>					
Тема 2. «Методика навчання тактичним взаємодіям в волейболі».	30	4	12	2	12
<b>Змістовий модуль 8. «Організація НДР в обраному виді спорту».</b>					
Тема 3. «Засоби та методи технічної підготовки волейболістів».	30	6	18	2	4
<b>Змістовий модуль 9. «Змагання та змагальна діяльність».</b>					
Тема 4. «Теорія та система відбору в волейболі».	30	4	20	4	2
<b>ВСЬОГО</b>	<b>120</b>	<b>20</b>	<b>60</b>	<b>10</b>	<b>30</b>

## 5. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема № 1.«Тактика гри в волейбол» - проведення модульної роботи.	2
2.	Тема № 2. «Методика навчання тактичним взаємодіям в волейболі» - проведення модульної роботи.	2
3.	Тема № 3. «Засоби та методи технічної підготовки волейболістів» - проведення модульної роботи.	2
4.	Тема № 4.«Теорія та система відбору в волейболі»- проведення модульної роботи.	4
	Всього:	10

## 6. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема № 1.«Тактика гри в волейбол».	10
2.	Тема № 2. «Методика навчання тактичним взаємодіям в волейболі».	12
3.	Тема № 3. «Засоби та методи технічної підготовки волейболістів».	18
4.	Тема № 4.«Теорія та система відбору в волейболі».	20
	Всього:	60

## 8. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема № 1.«Тактика гри в волейбол».	12
2.	Тема № 2. «Методика навчання тактичним взаємодіям в волейболі».	12
3.	Тема № 3. «Засоби та методи технічної підготовки волейболістів».	4
4.	Тема № 4.«Теорія та система відбору в волейболі».	2
	Всього:	30

## 10. Методи навчання

1. метод словесний;
2. метод наочний;
3. метод спостереження;
4. метод практичних вправ;
5. метод повторний;
6. метод ігровий;
7. інноваційний метод імітації та імітаційні ігри;
8. інформаційно-комунікативні технології навчання (мультимедіа презентації);

9. метод змагальний.

## 11. Методи контролю

1. Поточний контроль з теми заняття. У тому числі з самостійної роботи за усіма нормами передбаченими робочою програмою.
2. Модульна робота з кожного змістовного модулю.
3. Тестування рухливих умінь і навичок.
4. Модульна робота: письмові завдання по темам № 1,2,3,4.
5. Навчальна практика: проведення уроку по навчанню окремого технічного прийому або тактичної дії (по вказівці викладача).

Контроль з навчальної діяльності студента здійснюється за модульно-рейтинговою системою результати якої оцінюються за 100-бальною шкалою.

### Орієнтований перелік питань, які визначаються як питання поточного та семестрового контролю.

1. Загальне поняття стратегії волейболу.
2. Загальне поняття тактики волейболу.
3. Функції гравців (розкрити поняття «зв'язуючий», «гравець I та II темпу», «діагональний» та «ліберо»).
4. Тактика нападу та захисту.
5. Індивідуальні, групові та командні тактичні дії.
6. Дії без м'яча та дії гравця без м'яча при виборі місця для виконання других передач та нападаючого удару.
7. Групові тактичні дії в нападі.
8. Розкрити поняття тактичної комбінації «просто».
9. Розкрити поняття тактичної комбінації «хвиля».
10. Розкрити поняття тактичної комбінації «хрест».
11. Розкрити поняття тактичної комбінації «зворотній хрест».
12. Розкрити поняття тактичної комбінації «ешелон».
13. Розкрити поняття тактичної комбінації «зона».
14. Розкрити поняття тактичної комбінації «повернення».
15. Розкрити поняття тактичної комбінації «простріл».
16. Розкрити поняття тактичної комбінації «нападаючий удар з першої передачі».
17. Розкрити поняття тактичної комбінації «відкидка».
18. Тактична підготовки волейболістів.
19. Мета тактичної підготовки.
20. Задачі тактичної підготовки.
21. Методика навчання тактичним взаємодіям у нападі.
22. Розкрити поняття «система гри в нападі через зв'язуючого гравця передньої лінії».
23. Розкрити поняття «система гри в нападі через зв'язуючого гравця, що виходить з задньої лінії».
24. Розкрити поняття «система гри в нападі з перших передач та відкидок».
25. Методика навчання тактичним взаємодіям у захисті.
26. Розкрити поняття «самостраховка після постановки блокування».
27. Розкрити поняття «постановка одиночного блокування: зонний та рухливий (ловлячий)».
28. Розкрити поняття «тактика групового блокування (подвійне та потрійне блокування)».
29. Розкрити поняття «блок уступом».
30. Варіанти групового блокування.
31. Розкрити поняття «система гри при страховці гравцем передньої лінії».
32. Розкрити поняття «система гри при страховці гравцем задньої лінії».

33. Розкрити поняття «система гри при страховці гравцями передньої та задньої лінії».
34. Розкрити поняття «система страховки гравцем, вільним від блоку».
35. Розкрити поняття «система страховки крайнім захисником та гравцем I темпу».
36. Розкрити поняття «система комбінованої страховки (подвійна страховка)».
37. Психологічні аспекти тактичної підготовки.
38. Загальне поняття про технічну майстерність волейболіста.
39. Засоби технічної підготовки волейболістів.
40. Методи технічної підготовки волейболістів.
41. Критерії ефективності виконання технічних приймів.
42. Взаємозв'язок технічної підготовки з іншими сторонами підготовки.
43. Система відбору як складова частина системи підготовки волейболістів.
44. Основні показники (критерії) відбору в волейболі.
45. Етапи спортивного відбору.
46. Особливості спортивного відбору за морфометричними ознаками.
47. Особливості спортивного відбору за ознаками фізичної підготовленості.
48. Особливості спортивного відбору за ознаками технічної підготовленості.
49. Особливості спортивного відбору при комплектуванні професійних команд у волейболі.
50. Особливості спортивного відбору при комплектуванні дитячих та аматорських команд у волейболі.

## 12. Розподіл балів, які отримують студенти

Підсумкова кількість балів за змістовний модуль визначається, як сума балів за результатами поточного контролю плюс бали модульної роботи.

Поточне тестування та самостійна робота (3 семестр)		
Змістовий модуль № 6	Змістовий модуль № 7	Залік
Тема 1	Тема 2	<b>60-100</b>
<b>60-100</b>	<b>60-100</b>	

Поточне тестування та самостійна робота (4 семестр)			
Змістовий модуль № 8	Змістовий модуль № 9	Іспит	Сума
Тема 3	Тема 4	<b>20-40</b>	<b>60-100</b>
<b>40-60</b>	<b>40-60</b>		

### 12.1. Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		Для екзамену, курсового проекту	Для заліку
<b>90 – 100</b>	<b>A</b>	відмінно	Зараховано
<b>82 – 89</b>	<b>B</b>	добре	
<b>74 – 81</b>	<b>C</b>		
<b>64 – 73</b>	<b>D</b>		
<b>60 – 63</b>	<b>E</b>	задовільно	не зараховано з можливістю повторного складання
<b>35 – 59</b>	<b>FX</b>	незадовільно з можливістю повторного складання	

<b>0 – 34</b>	<b>F</b>	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни
---------------	----------	--	---

- «відмінно» - якщо студент правильно вирішив практичне або ситуаційне завдання, проявив глибокі знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.
- «добре» - якщо студент не повністю вирішив практичне або ситуаційне завдання, але проявив достатні знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.
- «задовільно» - якщо студент не послідовно і не логічно вирішив практичне або ситуаційне завдання, але проявив достатні знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.
- «незадовільно» - якщо студент не вирішив практичне або ситуаційне завдання і не проявив достатні знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.

#### 12.2. Форми контролю

№ з/п	Назва теми	Кількість балів
	<b>Тема № 1.</b> «Тактика гри в волейбол».	<b>60-100</b>
1.	Розробити та захистити презентацію згідно теми «Тактика гри в волейбол», «Тактична підготовка волейболіста. Написати та захистити реферат на тему: «Тактика гри в волейбол».	30-50
2.	Опитування.	30-50
	<b>Тема № 2.</b> «Методика навчання тактичним взаємодіям в волейболі».	<b>60-100</b>
1.	Написати план-конспект та провести заняття по навчанню тактичним взаємодіям в волейболі (за вибором).	30-50
2.	Опитування.	30-50
	<b>Тема № 3.</b> «Засоби та методи технічної підготовки волейболістів».	<b>40-60</b>
1.	Скласти план-конспект тренувального заняття (Методика навчання технічним прийомом в нападі та захисті (за вибором)).	20-30
2.	Опитування.	20-30
	<b>Тема № 4.</b> «Теорія та система відбору в волейболі».	<b>40-60</b>
1.	Провести тренувальне заняття з волейболу (згідно складеного плану-конспекту).	20-30
2.	Опитування	20-30

Екзамен	20-40
Всього:	60-100

### **Критерії оцінки доповіді (тема №1):**

50 балів – доповідь з використанням мультимедійної системи та сучасної літератури.  
40 балів – доповідь з використанням мультимедійної системи, але без використання останніх публікацій по темі.

30 балів – під час доповіді не використовувалась мультимедійна система та останні публікації по темі.

### **Критерії оцінки розроблених планів-конспектів (тема №2):**

50 балів – розроблено 10-12 вправ організаційно-методичними вказівками; правильно підбрано дозировку виконання вправ.

40 балів – розроблено 8-10 вправ з організаційно-методичними вказівками; при дозировці виконання вправ допущені помилки.

30 балів – розроблено 8 вправ, не до всіх вправ є організаційно-методичні вказівки, при дозировці виконання вправ допущені значні помилки.

### **Критерії оцінки розроблених планів-конспектів (тема №3):**

30 балів – розроблено 10-12 вправ з організаційно-методичними вказівками; правильно підбрано дозировку виконання вправ.

25 балів – розроблено 8-10 вправ з організаційно-методичними вказівками; при дозировці виконання вправ допущені помилки.

20 балів – розроблено 8 вправ, не до всіх вправ є організаційно-методичні вказівки, при дозировці виконання вправ допущені значні помилки.

### **Критерії оцінки проведення занять (тема №2):**

50 балів – заняття проведено на високому методичному рівні, з вірно підібраними та використаними засобами та методами навчання. Студент володіє термінологією.

40 балів – заняття проведено на високому методичному рівні, з вірно підібраними та використаними засобами та методами навчання, але допущені незначні помилки в термінології.

30 балів – заняття проведено на хорошому методичному рівні, допущені помилки при використанні засобів та методів навчання.

### **Критерії оцінки проведення занять (тема №4):**

30 балів – заняття проведено на високому методичному рівні, з вірно підібраними та використаними засобами та методами навчання. Студент володіє термінологією.

25 балів – заняття проведено на високому методичному рівні, з вірно підібраними та використаними засобами та методами навчання, але допущені незначні помилки в термінології.

20 балів – заняття проведено на хорошому методичному рівні, допущені помилки при використанні засобів та методів навчання.

### **Критерії оцінки опитування (тема №1,2):**

49-50 Студент бездоганно відповів на питання, навів багато прикладів, проявив глибокі системні знання програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури з предмету вивчення.

45-48 Студент правильно відповів на питання, але навів не достатньо прикладів, проявив хороші знання програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури з предмету вивчення.

41-44 Студент на достатньому рівні відповів на питання, навів достатньо прикладів, проявив знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

37-40 Студент не досить повно відповів на питання, не зовсім послідовно і логічно, припустився помилок, але навів приклади, виявив достатні знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

33-36 Студент не послідовно і не логічно відповів на питання та не навів достатньо прикладів, але проявив знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

30-32 Студент не послідовно, не логічно, із суттєвими помилками відповів на питання, не навів прикладів, але проявив знання програмного матеріалу з предмету вивчення.

1 – 29 Відповідь студента не розкриває суті питань.

0 Студент не зробив спроби відповісти на питання.

#### **Критерії оцінки опитування (тема №3,4):**

29-30 Студент бездоганно відповів на питання, навів багато прикладів, проявив глибокі системні знання програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури з предмету вивчення.

27-28 Студент правильно відповів на питання, але навів не достатньо прикладів, проявив хороші знання програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури з предмету вивчення.

25-26 Студент на достатньому рівні відповів на питання, навів достатньо прикладів, проявив знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

23-24 Студент не досить повно відповів на питання, не зовсім послідовно і логічно, припустився помилок, але навів приклади, виявив достатні знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

21-22 Студент не послідовно і не логічно відповів на питання та не навів достатньо прикладів, але проявив знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

20 Студент не послідовно, не логічно, із суттєвими помилками відповів на питання, не навів прикладів, але проявив знання програмного матеріалу з предмету вивчення.

1 – 19 Відповідь студента не розкриває суті питань.

0 Студент не зробив спроби відповісти на питання.

#### **Іспит. Критерії оцінки:**

- 40 Студент бездоганно відповів на питання та вирішив практичне завдання, навів достатньо прикладів, проявив глибокі знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 39 Студент правильно відповів на питання та вирішив практичне завдання, але не навів достатньо прикладів, проявив глибокі знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 38 Студент правильно відповів на питання та вирішив практичне завдання, але не навів прикладів, проявив недостатні знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 37 Студент на достатньому рівні відповів на питання та вирішив практичне завдання, навів окремі приклади, але не проявив глибоких знань змісту програмного матеріалу.
- 36 Студент на достатньому рівні відповів на питання, припустився незначних помилок при виконанні практичного завдання, навів приклади, але не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 35 Студент припустився незначних помилок при відповіді на питання і виконанні практичного завдання, не навів достатньо прикладів та не проявив достатніх знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 34 Студент припустився помилок при відповіді на питання і виконанні практичного завдання, але навів приклади, не проявив знань змісту програмного матеріалу.
- 33 Студент не повністю відповів на питання, але вирішив практичне завдання, навів окремі приклади та проявив достатні знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 32 Студент на достатньому рівні відповів на питання, але повністю вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, але проявив знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 31 Студент не повністю відповів на питання і виконав практичне завдання, але навів достатньо прикладів та проявив окремі знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 30 Студент не повністю відповів на питання та вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, проявив окремі знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 29 Студент не послідовно і не логічно відповів на питання і вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, але проявив знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 28 Студент частково відповів на питання, але на достатньому рівні вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, але проявив знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 27 Студент на достатньому рівні відповів на питання, але частково вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, але проявив знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

26 Студент частково відповів на питання і вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, але проявив знання змісту програмного матеріалу та основної літератури.

25 Студент на достатньому рівні відповів на питання, але вирішив практичне завдання з суттєвими помилками, не навів достатньо прикладів, не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

24 Студент відповів на питання з суттєвими помилками, але на достатньому рівні вирішив практичне завдання, навів невірні приклади, не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

23 Студент відповів на питання і вирішив практичне завдання з принциповими помилками, не навів прикладів, не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури, не правильно відповів на додаткові запитання.

22 Студент не повністю відповів на питання, фрагментарно вирішив практичне завдання, не навів прикладів, не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури, неправильно відповів на додаткові запитання.

21 Студент фрагментарно відповів на питання, не повністю вирішив практичне завдання, не навів прикладів, не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної літератури, не відповів на додаткові запитання.

20 Студент фрагментарно відповів на питання та вирішив практичне завдання, не навів прикладів, не має уяви про зміст програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури, не відповів на додаткові запитання.

1 – 19 Відповідь студента не розкриває суті питань.

0 Студент не зробив спроби відповісти на питання.

### **13. Методичне забезпечення**

1. Методичні розробки;
2. Мультимедійні лекції;
3. Відеоматеріали

### **14. Рекомендована література**

#### **14.1. Основна література:**

1. Айрапетянц Л.Р., Годик М.А. Спортивные игры. Т.: Издательство им. Ибн-Сины,.
2. Айриянц А.Г., Клещев Ю.Н. Волейбол . Учебник для ин-тов физ. культ. М.: Физкультура и спорт, 1985.
3. Беляев А.В., Булыкина Л.В. Волейбол: теория и методика тренировки.М.: Физкультура и спорт, 2007. 184 с.
4. Волейбол: Учебник для высших учебных заведений физической культуры. Под редакцией Беляева А. В., Савина М.В. М.:«Физкультура, образование, наука»,2004.368с.
5. Губа В.П., Родин А.В. Волейбол в университете: теоретическое и учебно- методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе: учебное пособие. М.: Советский спорт, 2009. 164с.
6. Железняк Ю.Д., Ивойлов А.В. Волейбол: Учеб. для ин-тов физ. культ.М.: Физкультура и спорт, 1991.
7. Железняк Ю.Д., Кунянский В.А. Волейбол: У истоков мастерства. М., 1998.
8. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М. Савин В.П., Лексаков А.В. Спортивные игры. М., 2002.
9. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М., Савин В.П., Лексаков А.В. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений.2-е изд., стереотип.М.: Изд. центр «Академия», 2004. 520 с

10. Кудряшов Е.В. Характеристика технической подготовленности волейболисток различной квалификации. Теория и практика физического воспитания. Донецк: Апекс, 2003. № 1.
11. Савин М.В. Волейбол. Учебник для высших учебных заведений ФК. М.: СпортАкадемПресс, 2002.

#### **14.2. Додаткова література:**

1. Мітова О.О., Малойван Я.В., Киреев О.А. Основні тенденції розвитку сучасного волейболу. Методичні рекомендації (для студентів, викладачів, тренерів).-Дніпропетровськ, 2012.
2. Киреев А.А., Малойван Я.В. Методика обучения техники нападения в волейболе. Методические рекомендации. Днепропетровск. ДГИФКиС, 2008.
3. Малойван Я.В., Киреев О.А. Методика обучения технике нападения волейбола. Методичні рекомендації для самостійної роботи студентів. Дніпропетровськ, 2012.
4. Малойван Я.В., Киреев А.А., Мицак И.В. Методика обучения технике защиты в волейболе. Методические рекомендации для самостоятельной работы студентов дневной и заочной форм обучения. Днепропетровск, 2012.
5. Малойван Я.В., Киреев А.А., Мицак А.В., Раковская И.А. Совершенствование компонентов технического мастерства в волейболе (подача мяча). Методические рекомендации. Днепропетровск. ДГИФКиС, 2013.
6. Малойван Я.В., Киреев А.А., Мицак А.В., Раковская И.А. Совершенствование компонентов технического мастерства в волейболе (нападающий удар, блокирование). Методические рекомендации. Днепропетровск. ДГИФКиС, 2015.
7. Малойван Я.В., Киреев А.А., Мицак А.В. Методика обучения технике защиты в волейболе). Методические рекомендации. Днепропетровск. ДГИФКиС, 2012.
8. Раковська І.А. Теорія і методика спортивних ігор (волейбол) для студентів 3-го курсу денного відділення. Методичні рекомендації. Дніпропетровськ. ДГИФКиС, 2011.
9. Раковская И.А., Мицак А.В., Лашина Ю.В. Методика обучения игре в волейбол. Методические рекомендации. Днепропетровск. ДГИФКиС, 2015.
10. Раковская И.А., Малойван Я.В., Мицак А.В., Киреев А.А. Организация и проведение соревнований по волейболу. Методика судейства. Учебно-методическое пособие. ДГИФКиС, 2016.
11. Раковская И.А., Мицак А.В., Киреев А.А. Введение в специализацию (волейбол). Методические рекомендации. Днепропетровск. ДГИФКиС, 2014.

#### **14.3. Навчальна література для самостійної роботи студента**

1. Аблікова А. В. Удосконалення первинного спортивного відбору волейболісток на основі генетично детермінованих маркерів : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту : [спец.] 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт». ЛДУФК. Л., 2015. 20 с.
2. Ванюк А.И. Изменение показателей функциональной подготовленности волейболисток высокой квалификации 18-22 лет в соревновательном периоде. Вісник Запорізького національного університету. Серія: Фізичне виховання і спорт.: Запоріжжя, 2012. – № 3 (9) – С. 151-157.
3. Ванюк Д. В. Шляхи підвищення фізичної підготовленості волейболісток високої кваліфікації у змагальному періоді річного циклу підготовки : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту : [спец.] 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт. Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту. Дніпропетровськ, 2013. 20 с.
4. Ванюк Д.В. Анализ взаимосвязи уровня функциональной подготовленности волейболисток 18-22 лет с показателями их специальной физической подготовленности на различных этапах соревновательного периода Вісник Запорізького національного університету. Серія: Фізичне виховання і спорт.: Запоріжжя, 2012. № 4 (10). С. 141-148.
5. Волейбол : навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю. К., 2009. 138 с.
6. Дорошенко Е. Ю. Теоретико-методичні основи управління техніко-тактичною діяльністю в командних спортивних іграх: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня докт. наук з фіз. вих. і

- спорту : [спец.] 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт». Київ, 2014. – 44 с.
7. Дорошенко Е.Ю., Шалфеев П.О. Тестування в системі педагогічного контролю технічної підготовленості футболістів. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2012. № 5. С. 63 – 67.
  8. Дорошенко Э. Ю. Модельные показатели технико-тактических действий в системе управления соревновательной деятельностью волейболистов [Электронный ресурс]. Физическое воспитание студентов. 2013. Режим доступа до ресурсу: <http://bmsi.ru/doc/6175c034-5344-41db-9ad7-306751e38e7b>.
  9. Козина Ж.Л., Ермаков С.С., Погорелова А.О. Методологические основы определения индивидуальных особенностей волейболисток на этапе специализированной базовой подготовки. Физическое воспитание студентов. 2012. №3. С. 53 - 60.
  10. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту). Навчальний посібник. Вінниця : Планер, 2014. 616 с.
  11. Лапинский Е.В. Пути развития большого мужского волейбола в Украине. Современная стратегия и инновационные технологии физ. совершенствования студ. молодежи; под ред. Р.Т. Раевского. О.: Наука и техника, 2010. С. 97 - 98.
  12. Маклоуф М. Формування елементів техніки гри у волейболістів з урахуванням рівня розвитку фізичних якостей на етапі початкової підготовки: автореф. дисс. ... канд. наук з фізичного виховання і спорту: спец.: 24.00.01 «Олімпійський та професійний спорт». Дніпропетровськ, 2014. 20 с.
  13. Мітова О. Ретроспективний аналіз формування системи контролю у командних спортивних іграх. Спортивний вісник Придніпров'я. 2016. № 1. С. 74 – 81.
  14. Шльонська О. Л. Техніко-тактична підготовка кваліфікованих волейболістів на основі вдосконалення нападаючих дій гравців різного амплуа : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту : [спец.] 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт». НУФВСУ. К., 2015. 20 с.

## 15. Інформаційні ресурси

1. Официальные волейбольные правила 2016 – 2020 р. р. [Электронный ресурс]. – Режим доступа до ресурсу: [http://www.fivb.org/EN/Refereeing-Rules/documents/2015%20FIVB\\_Volleyball\\_Rules\\_2015-16\\_RU.pdf](http://www.fivb.org/EN/Refereeing-Rules/documents/2015%20FIVB_Volleyball_Rules_2015-16_RU.pdf)
2. <http://www.fvu.com.ua>
3. <http://www.fivb.com>

Ст. викладач \_\_\_\_\_ Раковська І.А.  
(підпис)

Завідувач кафедри \_\_\_\_\_ Мітова О.О.  
(підпис)

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

Факультет Фізичної культури і спорту

Кафедра Спортивних ігор

**«ЗАТВЕРДЖУЮ»**  
Завідувач кафедри спортивних ігор

доц. Мітова О.О.

\_\_\_\_\_ 2019 р.

**Р о б о ч а   п р о г р а м а   н а в ч а л ь н о ї   д и с ц и п л і н и**

**Теорія і методика обраного виду спорту (ТМС) (волейбол)**

**III курс**

**Бакалавр**

галузь знань **01 Освіта/Педагогіка**

спеціальність **014 Середня освіта**

спеціалізація **014.11 Фізична культура**

факультет **Фізичного виховання**

вид дисципліни **Вибіркова**

**2019 – 2020 навчальний рік**

Робоча програма навчальної дисципліни для студентів 3 курсу (V,VI семестр) – **Теорія і методика обраного виду спорту** для здобувачів ступеню вищої освіти **бакалавр**, галузі знань – **01«Освіта/Педагогіка»**, спеціальності **014 Середня освіта**

Розробники:

**Мітова Олена Олександрівна, к.фіз.вих., доцент**

**Малойван Ярослав Володимирович, доцент кафедри спортивних ігор**

Робочу програму схвалено на засіданні кафедри **спортивних ігор**, факультету **Фізичної культури і спорту**, Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту.

Протокол № 15 від “ 30 ” травня 2019 р.

Завідувач кафедри \_\_\_\_\_ доц. Мітова О.О.

“ 31 ” травня 2019 р

©Мітова Олена Олександрівна, 2019  
рік

©Малойван Ярослав  
Володимирович, 2019 рік

## 1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни
		денна форма навчання
Кількість кредитів– 3	Галузь знань <b>01 – Освіта/педагогіка</b> Спеціальність <b>014 «Середня освіта»</b>	<b>Вибіркова</b>
Модулів – 1	Спеціалізація/ОПП <b>014.11 Фізична культура</b>	Рік підготовки:
Змістових модулів – 3		<b>III-й</b>
		Семестр
Загальна кількість годин –90		<b>5, 6-й</b>
аудиторних – 86 самостійної роботи студента – 4	Ступень вищої освіти: <b>бакалавр</b>	Лекції <b>12 год.</b>
		Практичні, семінарські <b>74 год.</b>
		Самостійна робота <b>4</b>
		Вид контролю: <b>залік</b>

## 4. Мета та завдання навчальної дисципліни

**Мета** – формування професійно-педагогічних навичок, вмінь і одержання знань, необхідних для самостійної викладацької роботи, сприяти підготовці гармонійно розвинутих висококваліфікованих спеціалістів у галузі фізичної культури і спорту.

### Завдання:

- навчити студентів технічним прийомам гри;
- засвоїти методику навчання техніки гри;
- володіти навичками суддівства;
- знати і підтримувати основи здорового способу життя;
- знати основи організації і методики найбільш ефективних видів і форм раціональної рухової діяльності і вміти використовувати їх на практиці;

У результаті вивчення навчальної дисципліни «Теорія і методика волейболу» студент повинен **знати**:

- про волейбол як вид спорту і засіб фізичного виховання;
- про техніку гри у нападі і захисті;
- правила змагань з волейболу;
- засоби і методи навчання елементів техніки гри;
- методику суддівства змагань з волейболу;
- планування навчальної роботи з волейболу на уроках фізичної культури і роботу спортивної секції в школі;
- організацію занять волейболом на уроках фізичної культури і у неурочних формах роботи;

**вміти:**

- виконувати на рівні рухового вміння: елементи техніки гри у нападі і захисті;
- використовувати комплекс технічних прийомів у нападі і захисті;
- визначати стабільність і варіативність спортивної техніки;
- ставити конкретні завдання щодо досягнення бажаних результатів навчально-тренувального процесу;
- формувати знання про техніку безпеки і навички безпечної поведінки;
- визначити справність спортивного інвентарю та приладдя, що застосовуються на занятті;
- забезпечити виконання гігієнічних вимог до місць та умов проведення занять та змагань;
- надавати першу медичну допомогу при різних видах травм.
- використовувати різні методи наочного сприйняття, в залежності від завдань заняття;
- забезпечувати необхідні передумови до ефективного навчання руховій дії;
- вивчати порядок побудови процесу навчання конкретній дії;
- розподілити процес навчання руховій дії на етапи і у відповідності до них визначати завдання навчання;
- попереджувати помилки в процесі навчання руховій дії виявляти помилки в процесі її виконання, визначати причини виникнення помилок та виправляти їх;
- візуально аналізувати основні кінематичні, динамічні та ритмічні характеристики, виконання рухової дії;
- навчати руховій дії паралельно з набуттям, уточненням і закріпленням знань та різнобічним розвитком фізичних якостей.
- складати календар змагань з виду спорту;
- розробити «Положення» про змагання;
- сформувати суддівську бригаду;
- сформувати оргкомітет з проведення змагань.

**Загальні компетентності:**

- здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями;
- здатність реалізовувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні;
- здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і примножувати досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій;
- здатність працювати як автономно, так і в команді;
- здатність планувати та управляти часом;
- здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово;
- здатність спілкуватися іноземною мовою;

- здатність користуватися сучасними інформаційними і комунікаційними технологіями;
- здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети, володіння навичками міжособистісної взаємодії;
- здатність бути критичним і самокритичним;
- здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів);
- здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях;
- здатність оцінювати та забезпечувати якість виконуваних робіт, а також приймати обґрунтовані рішення.

#### **Фахові компетентності:**

- здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості;
- здатність здійснювати пошук, аналіз і оцінку інформації, у т.ч. за допомогою інформаційно-комунікаційних технологій, необхідної для постановки і вирішення професійних завдань, професійного та особистісного розвитку;
- здатність використовувати компетентнісний підхід у фізичному вихованні учнів закладів загальної середньої освіти;
- здатність задовольняти особистісні потреби дитини в процесі фізкультурної діяльності та досягти індивідуалізації навчання;
- здатність використовувати сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні дітей;
- здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини;
- здатність проводити біомеханічний аналіз рухових дій людини;
- готовність до систематизації, узагальнення та поширення вітчизняного та закордонного досвіду в професійній сфері;
- здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом;
- здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями;
- здатність самостійно проводити заняття з в шкільній секції спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму;
- здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар;
- здатність аналізувати та проектувати на сучасному рівні освітній процес, у тому числі в умовах інклюзивної освіти;
- здійснювати планування, організацію, контроль освітнього процесу, спортивної, фізкультурно-оздоровчої діяльності;
- здатність розробляти методичну документацію в сфері фізичної культури і спорту з обліком соціальних, морфофункціональних, психологічних особливостей контингенту різної статі та віку, природничих і економічних особливостей регіону;

- здійснювати пропаганду фізичної культури, спорту, туризму, здорового способу життя, у тому числі, з використанням сучасних інформаційних технологій;
- здатність до безперервного професійного розвитку.

### 3. Програма навчальної дисципліни

**Змістовий модуль 10.** Методика тренування в обраному виді спорту.

**Тема 1.** «Класифікація основних засобів та методів тренування в волейболі».

**Тема 2.** «Задачі, засоби та методи фізичної підготовки волейболістів».

**Змістовий модуль 11.** Види підготовки в волейболі.

**Тема 3.** «Волейбол в загальноосвітній школі».

**Змістовий модуль 12.** Організація і проведення змагань.

**Тема 4.** «Організація процесу навчання і застосування технічних засобів».

### 4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин				
	денна форма навчання				
	Усього	у тому числі			
Лекції		Практичні заняття	Семінарські заняття (м/к)	Самостійна робота	
<b>Модуль 1</b>					
<b>Змістовий модуль 10. «Методика тренування в обраному виді спорту».</b>					
Тема 1. «Класифікація основних засобів та методів тренування у волейболі».	30	4	10	2	
Тема 2. «Задачі, засоби та методи фізичної підготовки волейболістів».		2	12		
<b>Змістовий модуль 11. «Види підготовки в волейболі».</b>					
Тема 3. «Волейбол в загальноосвітній школі».	30	4	24	2	
<b>Змістовий модуль 12. «Організація і проведення змагань».</b>					
Тема 4. «Організація процесу навчання та застосування технічних засобів».	30	2	22	2	4
<b>ВСЬОГО</b>	<b>90</b>	<b>12</b>	<b>68</b>	<b>6</b>	<b>4</b>

### 5. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема 1. «Класифікація основних засобів та методів тренування в волейболі». Тема 2. «Задачі, засоби та методи фізичної	2

	підготовки волейболістів» - проведення модульної роботи.	
2.	Тема 3. «Волейбол в загальноосвітній школі» - проведення модульної роботи.	2
3.	Тема 4. Організація процесу навчання та застосування технічних засобів»- проведення модульної роботи.	2
	<b>Всього:</b>	6

### 6. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема 1. «Класифікація основних засобів та методів тренування в волейболі»..	10
	Тема 2.«Задачі, засоби та методи фізичної підготовки волейболістів» - проведення модульної роботи.	12
2.	Тема 3. «Волейбол в загальноосвітній школі».	24
3.	Тема 4. «Організація процесу навчання та застосування технічних засобів».	22
	<b>Всього:</b>	68

### 8. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема 4. «Організація процесу навчання та застосування технічних засобів»	4
	<b>Всього:</b>	4

### 10. Методи навчання

1. метод словесний;
2. метод наочний;
3. метод спостереження;
4. метод практичних вправ;
5. метод повторний;
6. метод ігровий;
7. інноваційний метод імітації та імітаційні ігри;
8. інформаційно-комунікативні технології навчання (мультимедіа презентації);
9. метод змагальний.

### 11. Методи контролю

1. Поточний контроль з теми заняття.
2. Модульна робота з кожного змістовного модулю.
3. Тестування рухливих умінь і навичок.
4. Навчальна практика: проведення уроку по навчання окремого технічного прийому або тактичної дії (по вказівці викладача).

Контроль з навчальної діяльності студента здійснюється за модульно-рейтинговою системою результати якої оцінюються за 100-бальною шкалою.

**Орієнтований перелік питань, які визначаються як питання поточного та семестрового контролю.**

1. Мета та завдання спортивного тренування.
2. Методи спортивного тренування.
3. Засоби спортивного тренування волейболістів.
4. Характеристика методів спрямованих на розвиток сили.
5. Характеристика рівномірного методу.
6. Характеристика повторного методу.
7. Характеристика ігрового методу.
8. Скласти комплекс СФП (5-6 вправ) з використанням рівномірного методу.
9. Скласти комплекс СФП (5-6 вправ) з використанням повторного методу.
5. Скласти комплекс СФП (5-6 вправ) з використанням ігрового методу.
10. Скласти комплекс СФП (5-6 вправ) з використанням методів спрямованих на розвиток сили.
11. Засоби фізичної підготовки волейболістів.
12. Методи фізичної підготовки волейболістів.
13. Розкрити поняття фізична якість сила, види сили.
14. Методи спрямовані на розвиток сили.
15. Розкрити поняття фізична якість швидкість, види швидкості.
16. Методи спрямовані на розвиток швидкісних здібностей.
17. Розкрити поняття фізична якість витривалість, види витривалості.
18. Мета та задачі фізичної підготовки волейболістів.
19. Методи спрямовані на розвиток гнучкості.
20. Розкрити поняття координаційні здібності.
21. Методи спрямовані на розвиток витривалості.
22. Розкрити поняття фізична якість гнучкість, види гнучкості.
23. Методи спрямовані на розвиток спритності.
24. Методи спрямовані на розвиток координаційних здібностей.
25. Методи спрямовані на розвиток швидкісно-силових здібностей.
26. Організація і методика викладання волейболу в школі.
27. Планування поурочного навчального матеріалу при проходженні курсу "волейбол".
28. Контроль і оцінка успішності на уроках волейболу.
29. Форми організації процесу навчання.
30. Види планування.
31. Кругова форма проведення тренувального заняття.
32. Характеристика фронтального методу.
33. Характеристика поточного методу.
34. Скласти основну частину навчального заняття для закріплення техніки передач м'яча двома руками, використовуючи метод колового тренування.
35. Скласти основну частину навчального заняття для закріплення техніки передач м'яча однією рукою, використовуючи метод колового тренування.

36. Скласти основну частину навчального заняття для закріплення техніки прийому м'яча двома руками знизу, використовуючи метод колового тренування.
37. Скласти основну частину навчального заняття для закріплення техніки подач м'яча, використовуючи метод колового тренування.
38. Скласти основну частину навчального заняття для закріплення техніки нападаючого удару, використовуючи метод колового тренування.
39. Скласти основну частину навчального заняття для закріплення техніки одиночного блокування, використовуючи метод колового тренування.
40. Скласти основну частину навчального заняття для закріплення техніки групового блокування, використовуючи метод колового тренування.

## 12. Розподіл балів, які отримують студенти

Підсумкова кількість балів за змістовний модуль визначається, як сума балів за результатами поточного контролю плюс бали модульної роботи.

Змістовий модуль № 10	Залік
Тема 1,2	<b>60-100</b>
<b>60-100</b>	

Поточне тестування та самостійна робота (4 семестр)		
Змістовий модуль № 11	Змістовий модуль № 12	Залік
Тема 3	Тема 4	<b>60-100</b>
<b>60-100</b>	<b>60-100</b>	

### 12.1. Шкала оцінювання : національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		Для екзамену, курсового проекту	Для заліку
<b>90 – 100</b>	<b>A</b>	відмінно	зараховано
<b>82 – 89</b>	<b>B</b>	добре	
<b>74 – 81</b>	<b>C</b>		
<b>64 – 73</b>	<b>D</b>		
<b>60 – 63</b>	<b>E</b>	задовільно	не зараховано з можливістю повторного складання
<b>35 – 59</b>	<b>FX</b>	незадовільно з можливістю повторного складання	
<b>0 – 34</b>	<b>F</b>	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням

			дисципліни
--	--	--	------------

- «відмінно» - якщо студент правильно вирішив практичне або ситуаційне завдання, проявив глибокі знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.
- «добре» - якщо студент не повністю вирішив практичне або ситуаційне завдання, але проявив достатні знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.
- «задовільно» - якщо студент не послідовно і не логічно вирішив практичне або ситуаційне завдання, але проявив достатні знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.
- «незадовільно» - якщо студент не вирішив практичне або ситуаційне завдання і не проявив достатні знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання

### 12.2. Форми контролю

№ з/п	Завдання	Кількість балів
	<b>Тема №1.</b> «Класифікація основних засобів та методів тренування в волейболі». <b>Тема №2.</b> «Задачі, засоби та методи фізичної підготовки волейболістів».	<b>60 –100</b>
1.	Скласти п/к уроку з волейболу в ЗОШ для дітей молодшого шкільного віку. Провести урок.	30-50
2.	Письмова робота (м/к).	30-50
	<b>Тема № 3.</b> «Волейбол в загальноосвітньої школі».	<b>60-100</b>
1.	Скласти п/к уроку з волейболу в ЗОШ для дітей середнього шкільного віку. Провести основну частину уроку.	30-50
2.	Письмова робота (м/к).	30-50
	<b>Тема № 4.</b> «Організація процесу навчання та застосування технічних засобів».	<b>60-100</b>
1.	Скласти та провести комплекс СФП з розвитку фізичних якостей волейболістів (за вибором).	30-50
2.	Письмова робота (м/к).	30-50
	<b>ВСЬОГО</b>	<b>60-100</b>

#### Критерії оцінки розроблених планів-конспектів, комплексу СФП:

50 балів – розроблено 10-12 вправ організаційно-методичними вказівками; правильно підбрано дозировку виконання вправ.

40 балів – розроблено 8-10 вправ з організаційно-методичними вказівками; при дозировці виконання вправ допущені помилки.

30 балів – розроблено 8 вправ, не до всіх вправ є організаційно-методичні вказівки, при дозоровці виконання вправ допущені значні помилки.

#### **Критерії оцінки опитування:**

49-50 Студент бездоганно відповів на питання, навів багато прикладів, проявив глибокі системні знання програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури з предмету вивчення.

45-48 Студент правильно відповів на питання, але навів не достатньо прикладів, проявив хороші знання програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури з предмету вивчення.

41-44 Студент на достатньому рівні відповів на питання, навів достатньо прикладів, проявив знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

37-40 Студент не досить повно відповів на питання, не зовсім послідовно і логічно, припустився помилок, але навів приклади, виявив достатні знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

33-36 Студент не послідовно і не логічно відповів на питання та не навів достатньо прикладів, але проявив знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

30-32 Студент не послідовно, не логічно, із суттєвими помилками відповів на питання, не навів прикладів, але проявив знання програмного матеріалу з предмету вивчення.

1 – 29 Відповідь студента не розкриває суті питань.

0 Студент не зробив спроби відповісти на питання.

#### **Критерії оцінки проведення занять:**

50 балів – заняття проведено на високому методичному рівні, з вірно підібраними та використаними засобами та методами навчання. Студент володіє термінологією.

40 балів – заняття проведено на високому методичному рівні, з вірно підібраними та використаними засобами та методами навчання, але допущені незначні помилки в термінології.

30 балів – заняття проведено на хорошому методичному рівні, допущені помилки при використанні засобів та методів навчання

### **13. Методичне забезпечення:**

1. Методичні розробки;
2. Мультимедійні лекції;
3. Відеоматеріали.

### **14. Рекомендована література**

#### **14.1. Основна література:**

7. Агинако Л. Обучение техническим элементам волейбола. Спорт в школе. 2008 (№23). С. 28-33.
8. Беляев А.В. Волейбол: учебник [для вузов физ. культуры]. Под общ. Ред. А.В. Беляева, М. В. Савина. 4 –изд. М. : ТВТ Дивизион, 2012. 360 с., ил.
9. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М., Савин В.П., Лексаков А.В. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения : Учеб. [для студ. высш. пед. учеб.

- заведений]. [2-е изд., стереотип]. М. : Издательский центр «Академия», 2004. 520 с.
10. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту). Навчальний посібник. Вінниця : Планер, 2014. 616 с.
  11. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учеб. для вузов физ. Культуры. [5-е изд., испр. и доп.]. М. : Сов. спорт, 2010. 340 с.
  12. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник [для тренеров]: в 2 кн. К.: Олимпийская литература, 2015. Кн. 1.680 с.

#### 14.2. Додаткова література:

1. Мітова О.О., Малойван Я.В., Кіреєв О.А. Основні тенденції розвитку сучасного волейболу. Методичні рекомендації (для студентів, викладачів, тренерів). Дніпропетровськ, 2012.
2. Малойван Я.В., Кіреєв О.А. Методика обучения технике нападения волейбола. Методичні рекомендації для самостійної роботи студентів. Дніпропетровськ, 2012.
3. Малойван Я.В., Киреев А.А., Мицак И.В. Методика обучения технике защиты в волейболе. Методические рекомендации для самостоятельной работы студентов дневной и заочной форм обучения. Днепропетровск, 2012.

#### 15. Інформаційні ресурси

1. Официальные волейбольные правила 2016 – 2020 р. р. [Електронний ресурс]. – Режим доступу до ресурсу: [http://www.fivb.org/EN/Refereeing-Rules/documents/2015%20FIVB Volleyball Rules 2015-16 RU.pdf](http://www.fivb.org/EN/Refereeing-Rules/documents/2015%20FIVB%20Volleyball%20Rules%202015-16%20RU.pdf)
2. <http://www.fvu.com.ua>
3. <http://www.fivb.com>

Доцент \_\_\_\_\_ Малойван Я.В.  
(підпис)

Завідувач кафедри \_\_\_\_\_ Мітова О.О.  
(підпис)

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

Факультет Фізичної культури і спорту

Кафедра Спортивних ігор

**«ЗАТВЕРДЖУЮ»**  
Завідувач кафедри спортивних ігор

Доц. Мітова О.О.

\_\_\_\_\_ 2019 р.

**Р о б о ч а   п р о г р а м а   н а в ч а л ь н о ї   д и с ц и п л і н и**

**Теорія і методика обраного виду спорту (ТМС) (волейбол)**

**4 курс**

**Бакалавр**

галузь знань **01 Освіта/Педагогіка**

спеціальність **014 Середня освіта**

спеціалізація **014.11 Фізична культура**

факультет **Фізичного виховання**

вид дисципліни **вибіркова**

**2019 – 2020 навчальний рік**

Робоча програма навчальної дисципліни для студентів 4 курсу (VI, VIII семестр) – **Теорія і методика обраного виду спорту** для здобувачів ступеню вищої освіти **бакалавр**, галузі знань – **01«Освіта»**, спеціальності **014 «Середня освіта»**.

Розробники:

**Мітова Олена Олександрівна, к.фіз.вих., доцент**  
**Малойван Ярослав Володимирович, доцент кафедри спортивних ігор**

Робочу програму схвалено на засіданні кафедри **спортивних ігор**, факультету **Фізичної культури і спорту**, Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту.

Протокол № 15 від “ 30 ” травня 2019 р.

Завідувач кафедри \_\_\_\_\_ доц. Мітова О.О.

“ 31 ” травня 2019 р.

©Мітова Олена Олександрівна, 2019 рік  
©Малойван Ярослав Володимирович, 2019 рік

## 1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни
		денна форма навчання
Кількість кредитів – 3	Галузь знань <b>01 – Освіта/педагогіка</b> Спеціальність <b>014 Середня освіта</b>	вибіркова
Модулів – 1	Спеціалізація/ОПП <b>014.11 Фізична культура</b>	Рік підготовки
Змістових модулів –3		<b>IV - й</b>
		Семестр
Загальна кількість годин – 90		<b>7,8 - й</b>
аудиторних –56 самостійної роботи студента – 34 індивідуальна робота -	<b>Ступінь вищої освіти</b> «Бакалавр»	Лекції
		<b>12 год.</b>
		Практичні, семінарські
		<b>44 год.</b>
		Самостійна робота
		<b>34 год.</b>
		Вид контролю:залік, іспит

## 13. Мета та завдання навчальної дисципліни

**Мета** – формування професійно-педагогічних навичок. Вмінь та одержання знань, необхідних для самостійної викладацької роботи. Підготовка гармонійно розвинутих висококваліфікованих спеціалістів у галузі фізичної культури і спорту.

### Завдання:

- навчити студентів технічним прийомам гри;
- засвоїти методіку навчання тактиці гри;
- володіти навичками суддівства;
- знати і підтримувати основи здорового способу життя;
- знати основи організації і методики найбільш ефективних видів і форм раціональної рухової діяльності і вміти використовувати їх на практиці;

У результаті вивчення навчальної дисципліни «Теорія і методика волейболу» студент повинен **знати**:

- про волейбол як вид спорту і засіб фізичного виховання;
- психологічну підготовку волейболістів;
- організацію і проведення зборів;
- особливості застосування оновлюючих заходів;
- науково-методичне забезпечення тренувального процесу.

### вміти:

- визначити структуру психічної підготовленості в обраному виді спорту (спортивній дисципліні);
- визначити структуру вольової підготовки в обраному виді спорту (спортивній дисципліні);
- визначити рівень вольової та спеціальної психічної підготовленості окремого спортсмена та оцінити його у відповідності із програмою підготовки та психограмою обраного виду спорту (спортивної дисципліни).
- поставити педагогічне завдання, яке полягає в аналізі психічної підготовленості окремого спортсмена і визначенні на цій основі пріоритетних напрямів психічної підготовки;
- добрати найефективніші засоби і адекватні методи вирішення поставленого завдання.
- ставити і реалізовувати педагогічні завдання, що мають оздоровчу спрямованість у заняттях фізичними вправами в процесі фізичного виховання та спортивного тренування;
- формувати навички здорового способу життя;
- зміцнювати здоров'я шляхом оптимального розвитку фізичних якостей;

- реалізовувати спеціальні заходи загартовування;
- використовувати гігієнічні фактори при проведенні різних форм занять фізичними вправами;
- визначати вікові та індивідуальні особливості спортсменів;
- порівнювати отримані в результаті контролю дані з нормативними (модельними) і виявляти причини відхилень;
- розробити мету і завдання дослідження;
- адекватно до мети і завдання дослідження підібрати досліджуваних і методи дослідження;
- розробити систему педагогічних впливів на спортсменів у відповідності з метою і завданнями дослідження.

#### **Загальні компетентності:**

- здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями;
- здатність реалізовувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні;
- здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і примножувати досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій;
- здатність працювати як автономно, так і в команді;
- здатність планувати та управляти часом;
- здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово;
- здатність спілкуватися іноземною мовою;
- здатність користуватися сучасними інформаційними і комунікаційними технологіями;
- здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети, володіння навичками міжособистісної взаємодії;
- здатність бути критичним і самокритичним;
- здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів);
- здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях;
- здатність оцінювати та забезпечувати якість виконуваних робіт, а також приймати обґрунтовані рішення.

#### **Фахові компетентності:**

- здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості;
- здатність здійснювати пошук, аналіз і оцінку інформації, у т.ч. за допомогою інформаційно-комунікаційних технологій, необхідної для постановки і вирішення професійних завдань, професійного та особистісного розвитку;
- здатність використовувати компетентнісний підхід у фізичному вихованні учнів закладів загальної середньої освіти;
- здатність задовольняти особистісні потреби дитини в процесі фізкультурної діяльності та досягти індивідуалізації навчання;
- здатність використовувати сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні дітей;
- здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини;
- здатність проводити біомеханічний аналіз рухових дій людини;
- готовність до систематизації, узагальнення та поширення вітчизняного та закордонного досвіду в професійній сфері;
- здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом;
- здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями;
- здатність самостійно проводити заняття з в шкільній секції спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму;
- здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар;
- здатність аналізувати та проектувати на сучасному рівні освітній процес, у тому числі в умовах інклюзивної освіти;
- здійснювати планування, організацію, контроль освітнього процесу, спортивної, фізкультурно-оздоровчої діяльності;

- здатність розробляти методичну документацію в сфері фізичної культури і спорту з обліком соціальних, морфофункціональних, психологічних особливостей контингенту різної статі та віку, природничих і економічних особливостей регіону;
- здійснювати пропаганду фізичної культури, спорту, туризму, здорового способу життя, у тому числі, з використанням сучасних інформаційних технологій;
- здатність до безперервного професійного розвитку.

### 3. Програма навчальної дисципліни

**Змістовий модуль 13.** Особливості підготовки спортсменів різного віку та кваліфікації в обраному виді спорту.

**Тема 1.** «Організація багаторічної підготовки волейболістів».

**Тема 2.** «Методика тренування волейболістів високої кваліфікації».

**Змістовий модуль 14.** Види підготовки в волейболі.

**Тема 3.** «Особливості фізичної підготовки волейболістів високої кваліфікації».

**Тема 4.** «Моральна і спеціальна психологічна підготовка волейболістів високої кваліфікації».

**Змістовий модуль 15.** Особливості засобів відновлення та підвищення працездатності спортсменів в обраному виді спорту.

**Тема 5.** «Організація відновлюючих заходів в учбово-тренувальному процесі волейболістів».

### 4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин				
	денна форма навчання				
	Усього	у тому числі			
Лекції		Практичні заняття	Семінарські заняття (м/к)	Самост. робота	
<b>Модуль 1</b>					
<b>Змістовий модуль 13. «Особливості підготовки спортсменів різного віку та кваліфікації в обраному виді спорту».</b>					
Тема 1. «Організація багаторічної підготовки волейболістів».	30	2	8	2	14
Тема 2. «Методика тренування волейболістів високої кваліфікації».		2			
<b>Змістовий модуль 14. «Види підготовки в волейболі».</b>					
Тема 3. «Особливості фізичної підготовки волейболістів високої кваліфікації».	30	2	4	2	9
Тема 4. «Моральна і спеціальна психологічна підготовка волейболістів високої кваліфікації».		2			
<b>Змістовий модуль 15. «Особливості засобів відновлення та підвищення працездатності спортсменів в обраному виді спорту».</b>					
Тема 5. «Організація відновлюючих заходів в учбово-тренувальному процесі волейболістів».	30	4	16	2	8
<b>ВСЬОГО</b>	<b>90</b>	<b>12</b>	<b>34</b>	<b>10</b>	<b>34</b>

### 5. Теми семінарських занять

№ п/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема 1.«Організація багаторічної підготовки волейболістів».	2
	Тема 2. «Методика тренування волейболістів високої кваліфікації» - проведення модульної роботи.	2
2.	Тема 3. «Особливості фізичної підготовки волейболістів високої кваліфікації».	2
	Тема 4. «Моральна і спеціальна психологічна підготовка волейболістів високої кваліфікації» - проведення модульної роботи.	2
3.	Тема 5.«Організація відновлюючих заходів в учбово-тренувальному процесі волейболістів» - проведення модульної роботи.	2
	<b>Всього:</b>	10

## 6. Теми практичних занять

№ п/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема 1. «Організація багаторічної підготовки волейболістів».	8
	Тема 2. «Методика тренування волейболістів високої кваліфікації».	
2.	Тема 3. «Особливості фізичної підготовки волейболістів високої кваліфікації».	4
	Тема 4. «Моральна і спеціальна психологічна підготовка волейболістів високої кваліфікації».	6
3.	Тема 5.«Організація відновлюючих заходів в учбово-тренувальному процесі волейболістів».	16
	<b>Всього:</b>	34

## 8. Самостійна робота

№ п/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема 1. «Організація багаторічної підготовки волейболістів».	14
	Тема 2. «Методика тренування волейболістів високої кваліфікації».	
2.	Тема 3. «Особливості фізичної підготовки волейболістів високої кваліфікації».	9
	Тема 4. «Моральна і спеціальна психологічна підготовка волейболістів високої кваліфікації».	3
3.	Тема 5.«Організація відновлюючих заходів в учбово-тренувальному процесі волейболістів».	8
	<b>Всього:</b>	34

## 10. Методи навчання

1. метод словесний;
2. метод наочний;
3. метод спостереження;
4. метод практичних вправ;
5. метод повторний;
6. метод ігровий;
7. інноваційний метод імітації та імітаційні ігри;
8. інформаційно-комунікативні технології навчання (мультимедіа презентації);
9. метод змагальний.

## 11. Методи контролю

1. Поточний контроль за темами занять та самостійної роботи.

2. Тестування рухливих умінь і навичок.

Контроль з навчальної діяльності студента здійснюється за модульно-рейтинговою системою результати якої оцінюються за 100-бальною шкалою.

### **Орієнтований перелік питань, які визначаються як питання поточного та семестрового контролю.**

1. Завдання засоби та методи фізичної підготовки волейболістів високої кваліфікації.
2. Структура та зміст мезоциклів в волейболі.
3. Особливості та зміст мікроциклів в волейболі.
4. Мета, завдання та методи спортивного тренування.
5. Структура та зміст макроциклів в волейболі.
6. Структура інтегральної підготовки волейболістів.
7. Засоби та методи розвитку швидкісної витривалості волейболістів.
8. Скласти основну частину тренувального заняття в групі початкової підготовки СДЮСШОР.
9. Скласти основну частину тренувального заняття в навчально- тренувальній групі СДЮСШОР.
10. Скласти основну частину тренувального заняття в групі спортивного удосконалення СДЮСШОР.
11. Скласти основну частину оздоровчого заняття з розвитку швидкості.
12. Скласти комплекс вправ розвитку швидкісної витривалості.
13. Скласти комплекс вправ з розвитку витривалості.
14. Скласти комплекс вправ розвитку сили.
15. Скласти основну частину оздоровчого заняття з розвитку гнучкості.
16. Скласти комплекс вправ з розвитку спритності.
17. Скласти основну частину оздоровчого заняття з розвитку вибухової сили.
18. Скласти комплекс вправ розвитку швидкісно – силових якостей.
19. Скласти комплекс вправ з розвитку координаційних здібностей.
20. Стомлення та відновлення в системі підготовки волейболістів.
21. Медико - біологічні засоби відновлення.
22. Засоби відновлення і стимуляції працездатності в системі підготовки волейболістів.
23. Психологічні засоби відновлення.
24. Система спортивних змагань, положення про спортивні змагання.
25. Педагогічні засоби відновлення.
26. Види та способи проведення змагань в волейболі.
27. Педагогічні засоби відновлення.
28. Положення про змагання в волейболі.
29. Етапи багаторічної підготовки волейболістів.
30. Характеристика етапів багаторічної підготовки волейболістів.
31. Характеристика та особливості змагального метода.
32. Побудова підготовчого періоду в волейболі.
33. Структура та зміст психологічної підготовки волейболістів.
34. Побудова змагального періоду в волейболі.
35. Основи періодизації спортивного тренування волейболістів.
36. Побудова перехідного періоду в волейболі.
37. Моделювання в процесі спортивної підготовки волейболістів.
38. Особливості та види прогнозування в процесі спортивної підготовки волейболістів.
39. Особливості та види планування в процесі спортивної підготовки волейболістів.
40. Особливості психологічної підготовки волейболістів високої кваліфікації.

## **12. Розподіл балів, які отримують студенти**

Підсумкова кількість балів за змістовний модуль визначається, як сума балів за результатами поточного контролю плюс бали модульної роботи.

Поточне тестування та самостійна робота (7 семестр)		
Змістовий модуль № 13	Змістовий модуль № 14	Залік

Тема 1,2	Тема 3	<b>60-100</b>
<b>60-100</b>	<b>60-100</b>	

### Поточне тестування та самостійна робота (8 семестр)

Змістовий модуль № 15	Іспит	Сума
Тема 4,5	<b>20-40</b>	<b>60-100</b>
<b>40-60</b>		

#### 12.1. Шкала оцінювання : національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		Для екзамену, курсового проекту	Для заліку
<b>90 – 100</b>	<b>A</b>	відмінно	зараховано
<b>82 – 89</b>	<b>B</b>	добре	
<b>74 – 81</b>	<b>C</b>		
<b>64 – 73</b>	<b>D</b>		
<b>60 – 63</b>	<b>E</b>	задовільно	
<b>35 – 59</b>	<b>FX</b>	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
<b>0 – 34</b>	<b>F</b>	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

- «відмінно» - якщо студент правильно вирішив практичне або ситуаційне завдання, проявив глибокі знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.
- «добре» - якщо студент не повністю вирішив практичне або ситуаційне завдання, але проявив достатні знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.
- «задовільно» - якщо студент не послідовно і не логічно вирішив практичне або ситуаційне завдання, але проявив достатні знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.
- «незадовільно» - якщо студент не вирішив практичне або ситуаційне завдання і не проявив достатні знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання

#### 12.2. Форми контролю

№ п.п.	Завдання	Кількість балів
	<b>Тема 1.</b> «Організація багаторічної підготовки волейболістів». <b>Тема 2.</b> «Методика тренування волейболістів високої кваліфікації». <b>Тема 3.</b> «Особливості фізичної підготовки волейболістів високої кваліфікації».	<b>60-100</b>
1.	Провести тренувальне заняття за коловим методом з волейболістами 16-17 років.	30-50
2.	Опитування	30-50
	<b>Тема 4.</b> «Моральна і спеціальна психологічна підготовка волейболістів високої кваліфікації». <b>Тема 5.</b> «Організація відновлюючих заходів в учбово-тренувальному процесі волейболістів».	<b>40-60</b>
1.	Скласти п/к, та провести тренувальне заняття волейболістів в змагальному періоді.	20-30
2.	Опитування	20-30

### **Критерії оцінки проведення занять(тема № 1,2):**

50 балів – заняття проведено на високому методичному рівні, з вірно підібраними та використаними засобами та методами навчання.Студент володіє термінологією.

40 балів – заняття проведено на високому методичному рівні, з вірно підібраними та використаними засобами та методами навчання, але допущені незначні помилки в термінології.

30 балів – заняття проведено на хорошому методичному рівні, допущені помилки при використанні засобів та методів навчання

### **Критерії оцінки розроблених планів-конспектів та проведення занять(тема №4.5):**

30 балів – розроблено 10-12 вправ з організаційно-методичними вказівками; правильно підбрано дозировку виконання вправ. Заняття проведено на високому методичному рівні, з вірно підібраними та використаними засобами та методами навчання.Студент володіє термінологією.

25 балів – розроблено 8-10 вправ з організаційно-методичними вказівками; при дозировці виконання вправ допущені помилки. Заняття проведено на високому методичному рівні, з вірно підібраними та використаними засобами та методами навчання, але допущені незначні помилки в термінології.

20 балів – розроблено 8 вправ, не до всіх вправ є організаційно-методичні вказівки, при дозировці виконання вправ допущені значні помилки.Заняття проведено на хорошому методичному рівні, допущені помилки при використанні засобів та методів навчання

### **Критерії оцінки опитування (тема №1,2,3):**

49-50 Студент бездоганно відповів на питання, навів багато прикладів, проявив глибокі системні знання програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури з предмету вивчення.

45-48 Студент правильно відповів на питання, але навів не достатньо прикладів, проявив хороші знання програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури з предмету вивчення.

41-44 Студент на достатньому рівні відповів на питання, навів достатньо прикладів, проявив знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

37-40 Студент не досить повно відповів на питання, не зовсім послідовно і логічно, припустився помилок, але навів приклади, виявив достатні знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

33-36 Студент не послідовно і не логічно відповів на питання та не навів достатньо прикладів, але проявив знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

30-32 Студент не послідовно, не логічно, із суттєвими помилками відповів на питання, не навів прикладів, але проявив знання програмного матеріалу з предмету вивчення.

1 – 29 Відповідь студента не розкриває суті питань.

0 Студент не зробив спроби відповісти на питання.

### **Критерії оцінки опитування (тема № 4,5):**

29-30 Студент бездоганно відповів на питання, навів багато прикладів, проявив глибокі системні знання програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури з предмету вивчення.

27-28 Студент правильно відповів на питання, але навів не достатньо прикладів, проявив хороші знання програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури з предмету вивчення.

25-26 Студент на достатньому рівні відповів на питання, навів достатньо прикладів, проявив знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

23-24 Студент не досить повно відповів на питання, не зовсім послідовно і логічно, припустився помилок, але навів приклади, виявив достатні знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

21-22 Студент не послідовно і не логічно відповів на питання та не навів достатньо прикладів, але проявив знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

20 Студент не послідовно, не логічно, із суттєвими помилками відповів на питання, не навів прикладів, але проявив знання програмного матеріалу з предмету вивчення.

1 – 19 Відповідь студента не розкриває суті питань.

0 Студент не зробив спроби відповісти на питання.

### **Критерії оцінки іспиту**

- 40 Студент бездоганно відповів на питання та вирішив практичне завдання, навів достатньо прикладів, проявив глибокі знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 39 Студент правильно відповів на питання та вирішив практичне завдання, але не навів достатньо прикладів, проявив глибокі знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 38 Студент правильно відповів на питання та вирішив практичне завдання, але не навів прикладів, проявив недостатні знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 37 Студент на достатньому рівні відповів на питання та вирішив практичне завдання, навів окремі приклади, але не проявив глибоких знань змісту програмного матеріалу.
- 36 Студент на достатньому рівні відповів на питання, припустився незначних помилок при виконанні практичного завдання, навів приклади, але не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 35 Студент припустився незначних помилок при відповіді на питання і виконанні практичного завдання, не навів достатньо прикладів та не проявив достатніх знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 34 Студент припустився помилок при відповіді на питання і виконанні практичного завдання, але навів приклади, не проявив знань змісту програмного матеріалу.
- 33 Студент не повністю відповів на питання, але вирішив практичне завдання, навів окремі приклади та проявив достатні знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 32 Студент на достатньому рівні відповів на питання, але повністю вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, але проявив знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 31 Студент не повністю відповів на питання і виконав практичне завдання, але навів достатньо прикладів та проявив окремі знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 30 Студент не повністю відповів на питання та вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, проявив окремі знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 29 Студент не послідовно і не логічно відповів на питання і вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, але проявив знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 28 Студент частково відповів на питання, але на достатньому рівні вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, але проявив знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 27 Студент на достатньому рівні відповів на питання, але частково вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, але проявив знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 26 Студент частково відповів на питання і вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, але проявив знання змісту програмного матеріалу та основної літератури.
- 25 Студент на достатньому рівні відповів на питання, але вирішив практичне завдання з суттєвими помилками, не навів достатньо прикладів, не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 24 Студент відповів на питання з суттєвими помилками, але на достатньому рівні вирішив практичне завдання, навів невірні приклади, не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 23 Студент відповів на питання і вирішив практичне завдання з принциповими помилками, не навів прикладів, не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури, не правильно відповів на додаткові запитання.
- 22 Студент не повністю відповів на питання, фрагментарно вирішив практичне завдання, не навів прикладів, не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури, неправильно відповів на додаткові запитання.
- 21 Студент фрагментарно відповів на питання, не повністю вирішив практичне завдання, не навів прикладів, не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної літератури, не відповів на додаткові запитання.
- 20 Студент фрагментарно відповів на питання та вирішив практичне завдання, не навів прикладів, не має уяви про зміст програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури, не відповів на додаткові запитання.
- 1 – 19 Відповідь студента не розкриває суті питань.
- 0 Студент не зробив спроби відповісти на питання.

### 13. Методичне забезпечення

1. Методичні розробки;
2. Мультимедійні лекції;
3. Відеоматеріали

## **14. Рекомендована література**

### **14.1. Основна література:**

- 14.Беляев А.В. Волейбол: учебник [для вузов физ. культуры]. Под общ. Ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. 4 –изд. М. : ТВТ Дивизион, 2012. 360 с., ил.
- 15.Веласко Х. Тенденции развития современного волейбола. Время волейбола. 2008. № 1 (14). С. 2–8.
- 16.Годик М.А., Скородумова А.П. Комплексный контроль в спортивных играх. М.: Советский спорт, 2010. 330 с.
- 17.Дорошенко Э.Ю. Управление технико-тактической деятельностью в командных спортивных играх [монография]. Запорожье, 2013. 436 с.
- 18.Железняк Ю.Д.,ШипулинГ.Я., Сердюков О.Э. Тенденции развития классического волейбола на современном этапе. Теория и практика физической культуры. 2004. № 4. С. 30–33
- 19.Козина Ж.Л., ГринченкоИ.Б., КрамскойС.И., Поярков Ю.М.Спортивные игры: учебник для студ. пед. вузов в 2–х томах. Том 1. Подобщей ред. Козиной Ж. Л. Харьков, 2013. 446.
- 20.Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту). Навчальний посібник. Вінниця : Планер, 2014. 616 с.
- 21.Кудряшов Є.В.Побудова і контроль тренувального процесу у волейболі: Монографія.Луганськ: Поліграфресурс, 2005. 254 с.
- 22.Матвеев Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учеб. для вузов физ. Культуры. 5-е изд., испр. и доп.]. М. : Сов. спорт, 2010. 340 с.
- 23.Мітова О.О.,МалойванЯ.В., Грюкова В.В.Особливості змагальної діяльності висококваліфікованих волейболісток з порушеннями опорно-рухового апарату. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). К., 2013. Вип. 3 (31). С.87-92.
- 24.Митова Е. Современное состояние системы контроля в командных спортивных играх. Инновационные технологии в физическом воспитании, спорте и физической реабилитации. Материалы I международной научно-практической (очно-заочной) конференции.Орехово-Зуево : МГОГИ, 2015. Том 2. С. 195-201 (414 с.)
- 25.Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник [для тренеров]: в 2 кн. К.: Олимпийская литература, 2015.Кн. 1. 680 с.
- 26.Шинкарук О.А. Теорія і методика підготовки спортсменів: управління, контроль, відбір, моделювання та прогнозування в олімпійському спорті: навч. посіб. К., 2013. 136 с.

### **14.2. Додаткова література:**

1. Воронова В.І. Психологія спорту : навч. посібник. К. : Олімпійська література, 2007. 298 с.
2. Концептуальные особенности совершенствования системы спортивной подготовки в игровых видах : монография. М. Берлин: Директ-Медиа, 2015. 150 с.
3. Мітова О.О., Малойван Я.В., Кіреев О.А. Основні тенденції розвитку сучасного волейболу. Методичні рекомендації (для студентів, викладачів, тренерів).Дніпропетровськ, 2012.
4. Малойван Я.В., Кіреев О.А. Методика обучения технике нападения волейбола. Методичні рекомендації для самостійної роботи студентів.Дніпропетровськ, 2012.
5. Малойван Я.В., Кіреев А.А., Мицак И.В.Методика обучения технике защиты в волейболе.Методические рекомендации для самостоятельной работы студентов дневной и заочной форм обучения.Днепропетровск,2012.
6. Хрусталеv Г. А. Теоретико–методические основы моделирования соревновательной деятельности в спортивных играх: Дис. ... док.пед. наук: 13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры. Тула, 2013. 375 с.
7. Шипулин Г. Я. Анализ соревнований высококвалифицированных волейболистов как основа построения соревновательно–тренировочной деятельности в классическом волейболе: Дис. ...

канд. пед. наук: 13.00.04 –Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной и адаптивной физической культуры, 2002. 153 с.

## 15. Інформаційні ресурси

1. Официальные волейбольные правила 2016 – 2020 р. р. [Электронный ресурс]. – Режим доступа до ресурсу: [http://www.fivb.org/EN/Refereeing-Rules/documents/2015%20FIVB\\_Volleyball\\_Rules\\_2015-16\\_RU.pdf](http://www.fivb.org/EN/Refereeing-Rules/documents/2015%20FIVB_Volleyball_Rules_2015-16_RU.pdf)
2. <http://www.fvu.com.ua>
3. <http://www.fivb.com>

Доцент \_\_\_\_\_ Малойван Я.В.  
(підпис)

Завідувач кафедри \_\_\_\_\_ Мітова О.О.  
(підпис)