

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Ребковец Ольга Александровна  
Должность: И.о. преподавателя  
Дата подписания: 01.09.2023 19:22:25  
Уникальный программный ключ:  
e789ec8739030382afc5ebff70291ed116ff5c8b

ОПОП

Редакция 2

СМК-В1.П2-2023

Рабочая программа

подготовки

«Биология»

элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 Волейбол, направление  
44.03.05 Педагогическое образование, профиль подготовки: «Химия» и

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Камчатский государственный университет имени Витуса Беринга»

Рассмотрено и утверждено  
на заседании кафедры педагогики  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2023 г., протокол № \_\_  
Зав. кафедрой педагогики \_\_\_\_\_

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ЭЛЕКТИВНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### Б1.В.ДВ.01.03 ВОЛЕЙБОЛ

**Направление подготовки:** 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)»

**Профиль подготовки:** «Химия» и «Биология»

**Квалификация выпускника:** бакалавр

**Форма обучения:** очная

**Год набора:** 2023

Петропавловск-Камчатский, 2023 г.

ОПОП	Редакция 2	СМК-В1.П2-2023
Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 Волейбол, направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование, профиль подготовки: «Химия» и «Биология»		

Рабочая программа составлена с учетом требований федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование» (с двумя профилями), утвержденного приказом Минобрнауки России от 22.02.2018 № 125 (далее – ФГОС ВО)

Разработчик(и): Доцент кафедры педагогики Баранова Л.А.

ОПОП	Редакция 2	СМК-В1.П2-2023
Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 Волейбол, направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование, профиль подготовки: «Химия» и «Биология»		

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи освоения дисциплины	4
2. Место дисциплины в структуре ОП ВО	4
3. Планируемые результаты обучения по дисциплине	4
4. Содержание дисциплины	5
5. Тематическое планирование	7
6. Самостоятельная работа	16
7. Тематика контрольных работ, курсовых работ (при наличии)	20
8. Перечень вопросов на зачёт (дифференцированный зачёт, экзамен)	20
9. Учебно-методическое и информационное обеспечение	22
10. Формы и критерии оценивания учебной деятельности студента	25
11. Материально-техническая база	25

ОПОП	Редакция 2	СМК-В1.П2-2023
Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 Волейбол, направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование, профиль подготовки: «Химия» и «Биология»		

## 1. Цель и задачи освоения дисциплины

**Целью освоения дисциплины:** является формирование способности использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

**Задачи освоения дисциплины:**

- формирование понимания социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- формирование компетенций в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки.

**Программа курса построена по модульному принципу.**

Выделен 1 модуль

<b>МОДУЛЬ 1. ВОЛЕЙБОЛ</b>
---------------------------

## 2. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Блок 1. Дисциплины (модули) (вариативная часть, дисциплины по выбору).

## 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению подготовки:

Код компетенции	Компетенция	Универсальные дескрипторы сформированности компетенции
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК 7.1. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни. УК 7.2. Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учётом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности. УК 7.3. Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.
ПК-1	Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач.	ПК-1.1. Знает структуру, состав и дидактические единицы предмета; научно-теоретические основы предметной области; основные технологии предметной области. ПК-1.2 Формулирует цели и задачи преподавания по предмету в соответствии с требованиями ФГОС и учётом особенностей обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями; подбирает и применяет адекватные поставленным целям и задачам современные научно обоснованные средства и методы и формы обучения, технологии воспитания обучения; организует и осуществляет контроль и оценку учебных достижений, текущих и итоговых результатов освоения предметной области.

ОПОП	Редакция 2	СМК-В1.П2-2023
Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 Волейбол, направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование, профиль подготовки: «Химия» и «Биология»		

		ПК-1.3 Владеет навыками отбора учебного содержания занятий по предмету для реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС; навыками организации и проведения занятий по предмету, а также оценки их эффективности в соответствии с требованиями ФГОС, содержанием действующих программ и спецификой контингента занимающихся; навыками использования профессиональной терминологии, речи и жестикуляции в процессе занятий.
--	--	--

#### 4. Содержание дисциплины

##### МОДУЛЬ 1. ВОЛЕЙБОЛ

**Тема 1. Общеподготовительные и специальные упражнения в волейболе.** Техника безопасности на занятиях по волейболу. Основные положения обучения в общеподготовительных и специальных упражнениях в волейболе. Упражнения для подготовительной части занятия. Типичные ошибки при обучении общеподготовительных и специальных упражнений и методы их исправления.

**Тема 2. Стойка волейболиста и передвижение по площадке.** Стойки волейболиста. Варианты стоек в зависимости от ситуации на площадке. Передвижение приставным шагом. Передвижение спиной вперед. Передвижение с ускорением. Передвижение со сменой ритма. Передвижение с резкими остановками. Передвижение с изменением траектории движения. Замедленный бег. Разбег с финальным прыжком у сетки.

**Тема 3. Верхняя и нижняя подачи.** Выполнение техники подачи - подбрасывание мяча. Исправление ошибок при подаче. Для выполнения подачи необходимо соблюдать следующие условия: траектория движения мяча снизу-вверх должна быть возможно ближе к вертикальной, для чего кисть при подбрасывании во всех положениях параллельна опоре; подбрасывание мяча необходимо выполнять плавным движением руки с постепенным нарастанием скорости - это способствует оптимальному регулированию формы траектории и высоты подбрасывания мяча.

**Тема 4. Верхняя и нижняя передачи мяча.** Верхняя и нижняя передачи мяча как основа нападающих действий. Техника верхней и нижней передачи мяча. Обучение верхней и нижней передаче мяча: имитация верхней и нижней передачи стоя, после перемещения вправо, влево, вперед, назад. Верхняя передача мяча: на месте, над собой, в ограниченном пространстве, в парах, в парах после перемещения, в групповых упражнениях, через сетку. Совершенствование навыка. Учебная игра.

**Тема 5. Перемещение к месту встречи с мячом, вынос рук.** Перемещения по игровой площадке приставным, скрестным, обычным шагом, боком, скачком, прыжками и их сочетаниями с выносом рук вперед для приема мяча. Отработка движений волейболиста в нападении и защите. Перемещение в защите и нападении по площадке. Техника падения: перекатом на спину, переднее падение перекатом на бок, переднее падение «рыбкой». Учебная игра.

**Тема 6. Подача в прыжке.** Подача в прыжке (силовая подача) – технический прием, с его помощью игроком мяч вводится в игру. Выполняется с трех шагов аналогично верхней подаче с резким и сильным ударом по мячу в прыжке. Корректировка ошибок при подаче с прыжка: «подброс – разброс» - разный по высоте и направлению подброс мяча, плохой зрительный контроль за мячом в момент удара, длительное сопровождение мяча кистью, несовпадение линии разбега, подающего и траектории полёта мяча.

**Тема 7. Прием мяча одной рукой с последующим падением.** Отработка акробатических упражнений: перекаты и кувырки, упражнения с набивным мячом. Ловля набивного мяча в низкой стойке и перекаат назад на спину, с выпадом правой ногой вперед-вправо (левой вперед-влево) и перекатом в сторону на бедро и спину.

ОПОП	Редакция 2	СМК-В1.П2-2023
Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 Волейбол, направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование, профиль подготовки: «Химия» и «Биология»		

**Тема 8. Освоение нападающего удара.** Отработка элементов нападающего удара: разбег, толчок, прыжок и удар по мячу. Отработка силовых упражнений: напрыгивания на скамью, различные выпрыгивания вверх с подтягиванием коленей к груди, запрыгивания на тумбу с места или с 2-3 шагов, имитация нападающего удара с ударом по мячу.

**Тема 9. Одиночная блокировка нападающего удара.** Отработка элементов одиночной блокировки: изучение игры нападающих противника; выбор места для блокирования до подачи; ориентировка по игрокам противника, делающим первую и вторую передачи; ориентировка по полету мяча (выбор места для прыжка); ориентировка по действиям нападающего и принятие решения; этап собственного блокирования; заключительная часть одиночного блокирования.

**Тема 10. Парная блокировка нападающего удара.** Отработка элементов парного блокирования: согласование действий с партнером по команде; изучение игры нападающих противника; выбор места для блокирования до подачи; ориентировка по игрокам противника, делающим первую и вторую передачи; ориентировка по полету мяча (выбор места для прыжка); ориентировка по действиям нападающего и принятие решения; этап собственного блокирования; заключительная часть парного блокирования.

**Тема 11. Приём мяча сверху двумя руками с последующим падением на спину. Совершенствование верхней и нижней передачи.** Отработка элементов приёма мяча с падением и перекатом на спину. Совершенствование верхней и нижней передачи мяча: имитация верхней и нижней передачи стоя, после перемещения вправо, влево, вперед, назад. Верхняя передача мяча: на месте, над собой, в ограниченном пространстве, в парах, в парах после перемещения, в групповых упражнениях, через сетку. Учебная игра.

**Тема 12. Совершенствование перемещений с выносом рук.** Совершенствование перемещения по игровой площадке приставным, скрестным, обычным шагом, боком, скачком, прыжками и их сочетаниями с выносом рук вперед для приема мяча. Отработка движений волейболиста в нападении и защите. Перемещение в защите и нападении по площадке, перемещение вдоль сетки с партнером с поднятыми руками над головой и отработкой приема блокирования. Техника падения: перекатом на спину, переднее падение перекатом на бок, переднее падение «рыбкой». Учебная игра.

**Тема 13. Совершенствование верхней и нижней «прямой» и «боковой» подачи.** Совершенствование техники подачи: подбрасывание мяча, траектории движения мяча снизувверх. Исправление ошибок при подаче.

**Тема 14. Обучение отбиванию мяча кулаком от верхнего края сетки.** Отработка ударных движений, выполняемых короткими толчкообразными отбиваниями мяча с подниманием руки вверх и выпрямлением ее в локтевом суставе. Перебивание мяча тыльной стороной кулака на противоположную сторону площадки.

**Тема 15. Игра по правилам. Комбинации игры в нападении.** Проведение игры по правилам волейбола, установленными 35-м Конгрессом ФИВБ 2016. Расстановка игроков на площадке. Отработка комбинаций в нападении: командные тактические действия (системы игры), групповые тактические действия (тактические комбинации), а также индивидуальные тактические действия при использовании всех технических средств ведения игры.

**Тема 16. Комбинации игры в защите.** Отработка комбинаций в защите: командные тактические действия (системы игры), групповые тактические действия (тактические комбинации), а также индивидуальные тактические действия при использовании всех технических средств ведения игры. Действия команды в защите определяются тремя основными моментами состояния игры: приема подачи, приема, атакующего (нападающего) удара или отскочившего мяча от блока соперника (страховка атакующего игрока).

ОПОП	Редакция 2	СМК-В1.П2-2023
Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 Волейбол, направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование, профиль подготовки: «Химия» и «Биология»		

**Тема 17. Совершенствование тактики игры в защите.** Совершенствование тактики игры в защите включает командные, групповые и индивидуальные тактические действия. Отработка приёма-подачи, атакующего удара. Учебная игра.

**Тема 18. Обучение прямому нападающему удару, совершенствование навыка.** Совершенствование нападающего удара в прыжке после разбега с перебрасыванием мяча одной рукой выше края сетки на сторону команды соперника. Учебная игра.

**Тема 19. Совершенствование одиночного блокирования.** Совершенствование процесса одиночного (индивидуального) блокирования: изучение игры нападающих противника; выбор места для блокирования до подачи; ориентировка по игрокам противника, делающим первую и вторую передачи; ориентировка по полету мяча (выбор места для прыжка); ориентировка по действиям нападающего и принятые решения; этап собственного блокирования; заключительная часть блокирования.

**Тема 20. Техника нападения и защиты.** Совершенствование техники нападения: прямой нападающий удар, боковой нападающий удар, борьба против блока. Совершенствование техники защиты: прием мяча снизу двумя руками в опоре и в падении, «прием мяча снизу одной рукой в опоре», «Прием мяча одной рукой снизу в падении». Блокирование; «Блок зонный», «Ловящий блок».

**Тема 21. Совершенствование отбивания мяча кулаком от верхнего края сетки.** Совершенствование ударных движений, выполняемых короткими толчкообразными отбиваниями мяча с подниманием руки вверх и выпрямлением ее в локтевом суставе. Перебивание мяча тыльной стороной кулака на противоположную сторону площадки.

**Тема 22. Совершенствование прямого нападающего удара.** Совершенствование нападающего удара: нападающий удар у стены, в парах, в прыжке через сетку с собственного набрасывания мяча, через сетку в один, два, три шага, через сетку из зоны 4 после передачи из зоны 3, из зоны 2 после передачи из зоны 3.

**Тема 23. Отработка техники игры в волейбол.** Расстановка игроков на площадке. Расстановка игроков в защите: «углом вперед», «углом назад». Расстановка игроков в нападении с одним и двумя пасующими, скидка мяча на блок. Техника взаимодействия игроков в защите: постановка одиночного и группового блокирования. Учебная игра.

**Тема 24. Тактика игры в защите. Тактика игры в нападении.** Отработка тактики в защите: командные тактические действия (системы игры), групповые тактические действия (тактические комбинации), а также индивидуальные тактические действия при использовании всех технических средств ведения игры. Действия команды в защите определяются тремя основными моментами состояния игры: приема подачи, приема, атакующего (нападающего) удара или отскочившего мяча от блока соперника (страховка атакующего игрока). Учебная игра.

Отработка тактики в нападении: командные тактические действия (системы игры), групповые тактические действия (тактические комбинации), а также индивидуальные тактические действия при использовании всех технических средств ведения игры. Учебная игра

## 5. Тематическое планирование

1 курс, 1 семестр

Модули дисциплины

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Сам. работа	Всего, часов
1	Волейбол	0	26	20	46

ОПОП	Редакция 2	СМК-В1.П2-2023
Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 Волейбол, направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование, профиль подготовки: «Химия» и «Биология»		

<b>Всего</b>	<b>0</b>	<b>26</b>	<b>20</b>	<b>46</b>
--------------	----------	-----------	-----------	-----------

#### Тематический план

№	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
<b>Практические занятия (семинары)</b>			
1	Основы техники безопасности на занятиях волейболом	4	УК-7, ПК-1
2	Общеподготовительные и специальные упражнения в волейболе	4	УК-7, ПК-1
3	Стойка волейболиста и передвижение по площадке	4	УК-7, ПК-1
4	Верхняя и нижняя подачи	4	УК-7, ПК-1
5	Верхняя и нижняя передачи мяча	4	УК-7, ПК-1
6	Учебная игра	6	УК-7, ПК-1
<b>Самостоятельная работа</b>			
1	Основы техники безопасности на занятиях волейболом	4	УК-7, ПК-1
2	Общеподготовительные и специальные упражнения в волейболе	4	УК-7, ПК-1
3	Стойка волейболиста и передвижение по площадке	4	УК-7, ПК-1
4	Верхняя и нижняя подачи	4	УК-7, ПК-1
5	Верхняя и нижняя передачи мяча	4	УК-7, ПК-1

#### 1 курс, 2 семестр Модули дисциплины

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Сам. работа	Всего, часов
1	Волейбол	0	26	20	46
	<b>Всего</b>	<b>0</b>	<b>26</b>	<b>20</b>	<b>46</b>

#### Тематический план

№	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
<b>Практические занятия (семинары)</b>			
1	Перемещение к месту встречи с мячом, вынос рук	4	УК-7, ПК-1
2	Подача в прыжке	4	УК-7, ПК-1
3	Прием мяча одной рукой с последующим падением	4	УК-7, ПК-1
4	Освоение нападающего удара	4	УК-7, ПК-1
5	Обучение отбиванию мяча кулаком от верхнего края сетки	4	УК-7, ПК-1
6	Учебная игра	6	УК-7, ПК-1
<b>Самостоятельная работа</b>			
1	Перемещение к месту встречи с мячом, вынос рук	4	УК-7, ПК-1
2	Подача в прыжке	4	УК-7, ПК-1



ОПОП	Редакция 2	СМК-В1.П2-2023
Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 Волейбол, направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование, профиль подготовки: «Химия» и «Биология»		

3	Прием мяча одной рукой с последующим падением	4	УК-7, ПК-1
4	Освоение нападающего удара	4	УК-7, ПК-1
5	Навыки совершенствования игры в волейбол	4	УК-7, ПК-1

**Тематическое планирование  
2 курс, 3 семестр**

**Модули дисциплины**

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Сам. работа	Всего, часов
1	Волейбол	0	20	20	40
	<b>Всего</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>40</b>

**Тематический план**

№	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
	<b>Практические занятия (семинары)</b>		
1	Одиночная блокировка нападающего удара	4	УК-7, ПК-1
2	Парная блокировка нападающего удара	4	УК-7, ПК-1
3	Приём мяча сверху двумя руками с последующим падением на спину	4	УК-7, ПК-1
4	Совершенствование верхней и нижней передачи	4	УК-7, ПК-1
5	Совершенствование перемещений с выносом рук	4	УК-7, ПК-1
	<b>Самостоятельная работа</b>		
1	Совершенствование верхней и нижней «прямой» и «боковой» подачи	4	УК-7, ПК-1
2	Учебная игра.	4	УК-7, ПК-1
3	Одиночная блокировка нападающего удара	4	УК-7, ПК-1
4	Парная блокировка нападающего удара	4	УК-7, ПК-1
5	Приём мяча сверху двумя руками с последующим падением на спину	4	УК-7, ПК-1

**Тематическое планирование  
2 курс, 4 семестр**

**Модули дисциплины**

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Сам. работа	Всего, часов
1	Волейбол	0	20	20	40
	<b>Всего</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>40</b>

**Тематический план**

№	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
	<b>Практические занятия (семинары)</b>		

ОПОП	Редакция 2	СМК-В1.П2-2023
Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 Волейбол, направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование, профиль подготовки: «Химия» и «Биология»		

1	Обучение отбиванию мяча кулаком от верхнего края сетки	4	УК-7, ПК-1
2	Игра по правилам	4	УК-7, ПК-1
3	Комбинации игры в нападении	4	УК-7, ПК-1
4	Комбинации игры в защите	4	УК-7, ПК-1
5	Совершенствование тактики игры в защите	4	УК-7, ПК-1
<b>Самостоятельная работа</b>			
1	Обучение отбиванию мяча кулаком от верхнего края сетки	4	УК-7, ПК-1
2	Игра по правилам	4	УК-7, ПК-1
3	Комбинации игры в нападении	4	УК-7, ПК-1
4	Комбинации игры в защите	4	УК-7, ПК-1
5	Совершенствование тактики игры в защите	4	УК-7, ПК-1

**Тематическое планирование  
3 курс, 5 семестр**

**Модули дисциплины**

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Сам. работа	Всего, часов
1	Волейбол	0	20	20	40
	<b>Всего</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>40</b>

**Тематический план**

№	Тема	Кол-во часов	Компетенци и по теме
<b>Практические занятия (семинары)</b>			
1	Обучение прямому нападающему удару, совершенствование навыка	4	УК-7, ПК-1
2	Совершенствование одиночного блокирования	4	УК-7, ПК-1
3	Техника нападения и защиты	4	УК-7, ПК-1
4	Игра по правилам	4	УК-7, ПК-1
5	Совершенствование отбивания мяча кулаком от верхнего края сетки	4	УК-7, ПК-1
<b>Самостоятельная работа</b>			
1	Совершенствование прямого нападающего удара	4	УК-7, ПК-1
2	Совершенствование одиночного блокирования	4	УК-7, ПК-1
3	Техника нападения и защиты	4	УК-7, ПК-1
4	Прямой нападающий удар, совершенствование навыка	4	УК-7, ПК-1
5	Совершенствование отбивания мяча кулаком от верхнего края сетки	4	УК-7, ПК-1

ОПОП	Редакция 2	СМК-В1.П2-2023
Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 Волейбол, направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование, профиль подготовки: «Химия» и «Биология»		

**Тематическое планирование  
3 курс, 6 семестр**

**Модули дисциплины**

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Сам. работа	Всего, часов
1	Волейбол	0	20	20	40
	<b>Всего</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>40</b>

**Тематический план**

№	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
<b>Практические занятия (семинары)</b>			
1	Отработка техники игры в волейбол	4	УК-7, ПК-1
2	Тактика игры в защите	4	УК-7, ПК-1
3	Тактика игры в нападении	4	УК-7, ПК-1
4	Совершенствование изученных приемов в учебных играх	4	УК-7, ПК-1
5	Игра по правилам	4	УК-7, ПК-1
<b>Самостоятельная работа</b>			
1	Отработка техники игры в волейбол	4	УК-7, ПК-1
2	Тактика игры в защите	4	УК-7, ПК-1
3	Тактика игры в нападении	4	УК-7, ПК-1
4	Совершенствование изученных приемов в учебных играх	4	УК-7, ПК-1
5	Игра по правилам, судейство	4	УК-7, ПК-1

**Тематическое планирование  
4 курс, 7 семестр**

**Модули дисциплины**

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Сам. работа	Всего, часов
1	Волейбол	0	20	20	40
	<b>Всего</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>40</b>

**Тематический план**

№	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
<b>Практические занятия (семинары)</b>			
1	Отработка техники игры в волейбол	4	УК-7, ПК-1
2	Совершенствование изученных приемов в учебных играх	4	УК-7, ПК-1
3	Игра по правилам	4	УК-7, ПК-1
4	Совершенствование отбивания мяча кулаком от верхнего края сетки	4	УК-7, ПК-1

ОПОП	Редакция 2	СМК-В1.П2-2023
Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 Волейбол, направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование, профиль подготовки: «Химия» и «Биология»		

5	Учебная игра.	4	УК-7, ПК-1
	<b>Самостоятельная работа</b>		
1	Отработка техники игры в волейбол	4	УК-7, ПК-1
2	Совершенствование изученных приемов в учебных играх	4	УК-7, ПК-1
3	Игра по правилам	4	УК-7, ПК-1
4	Совершенствование отбивания мяча кулаком от верхнего края сетки	4	УК-7, ПК-1
5	Учебная игра.	4	УК-7, ПК-1

**Тематическое планирование  
4 курс, 8 семестр**

**Модули дисциплины**

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Сам. работа	Всего, часов
1	Волейбол	0	20	16	36
	<b>Всего</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>16</b>	<b>36</b>

**Тематический план**

№	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
	<b>Практические занятия (семинары)</b>		
1	Отработка техники игры в волейбол	4	УК-7, ПК-1
2	Совершенствование изученных приемов в учебных играх	4	УК-7, ПК-1
3	Игра по правилам	4	УК-7, ПК-1
4	Совершенствование прямого нападающего удара	4	УК-7, ПК-1
5	Совершенствование одиночного блокирования	4	УК-7, ПК-1
	<b>Самостоятельная работа</b>		
1	Совершенствование изученных приемов в учебных играх	4	УК-7, ПК-1
2	Отработка техники игры в волейбол	4	УК-7, ПК-1
3	Совершенствование одиночного блокирования	4	УК-7, ПК-1
4	Совершенствование прямого нападающего удара	4	УК-7, ПК-1

**6. Самостоятельная работа**

Самостоятельная работа студентов очной формы обучения включает две составные части: аудиторная самостоятельная работа и внеаудиторная.

Аудиторная самостоятельная работа включает освоение (выполнение) практических заданий по теме занятия.

Внеаудиторная самостоятельная работа студентов заключается в следующих формах:

- выполнение заданий, отнесенных к самостоятельной работе.
- подготовка к сдаче зачета.

ОПОП	Редакция 2	СМК-В1.П2-2023
Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 Волейбол, направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование, профиль подготовки: «Химия» и «Биология»		

## **6.1 Внеаудиторная самостоятельная работа**

### **ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ**

#### **1 курс, 1 семестр**

#### **МОДУЛЬ 1. ВОЛЕЙБОЛ**

- 1 Основы техники безопасности на занятиях волейболом
- 2 Общеподготовительные и специальные упражнения в волейболе
- 3 Стойка волейболиста и передвижение по площадке
- 4 Верхняя и нижняя подачи
- 5 Верхняя и нижняя передачи мяча

#### **1 курс, 2 семестр**

#### **МОДУЛЬ 1. ВОЛЕЙБОЛ**

- 1 Перемещение к месту встречи с мячом, вынос рук
- 2 Подача в прыжке
- 3 Прием мяча одной рукой с последующим падением
- 4 Освоение нападающего удара
- 5 Учебная игра.

#### **2 курс, 3 семестр**

#### **МОДУЛЬ 1. ВОЛЕЙБОЛ**

- 1 Одиночная блокировка нападающего удара
- 2 Парная блокировка нападающего удара
- 3 Приём мяча сверху двумя руками с последующим падением на спину
- 4 Совершенствование верхней и нижней передачи
- 5 Совершенствование перемещений с выносом рук
- 6 Совершенствование верхней и нижней «прямой» и «боковой» подачи
- 7 Учебная игра.

#### **2 курс, 4 семестр**

#### **МОДУЛЬ 1. ВОЛЕЙБОЛ**

- 1 Обучение отбиванию мяча кулаком от верхнего края сетки
- 2 Игра по правилам
- 3 Комбинации игры в нападении
- 4 Комбинации игры в защите
- 5 Совершенствование тактики игры в защите
- 6 Учебная игра.

#### **3 курс, 5 семестр**

#### **МОДУЛЬ 1. ВОЛЕЙБОЛ**

- 1 Обучение прямому нападающему удару, совершенствование навыка
- 2 Совершенствование одиночного блокирования
- 3 Техника нападения и защиты
- 4 Игра по правилам
- 5 Совершенствование отбивания мяча кулаком от верхнего края сетки
- 6 Совершенствование прямого нападающего удара
- 7 Учебная игра.

#### **3 курс, 6 семестр**

#### **МОДУЛЬ 1. ВОЛЕЙБОЛ**

- 1 Отработка техники игры в волейбол
- 2 Тактика игры в защите
- 3 Тактика игры в нападении
- 4 Совершенствование изученных приемов в учебных играх

ОПОП	Редакция 2	СМК-В1.П2-2023
Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 Волейбол, направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование, профиль подготовки: «Химия» и «Биология»		

- 5 Игра по правилам
- 6 Учебная игра.

#### **4 курс, 7 семестр**

#### **МОДУЛЬ 1. ВОЛЕЙБОЛ**

- 1 Отработка техники игры в волейбол
- 2 Совершенствование изученных приемов в учебных игра
- 3 Игра по правилам
- 4 Учебная игра.

#### **4 курс, 8 семестр**

#### **МОДУЛЬ 1. ВОЛЕЙБОЛ**

- 1 Отработка техники игры в волейбол
- 2 Совершенствование изученных приемов в учебных игра
- 3 Игра по правилам

#### **7. Тематика контрольных работ, курсовых работ не предусмотрено**

#### **8. Перечень вопросов на зачет**

##### **8.1 Практическая часть:** сдача контрольных нормативов по модулю.

##### **Теоретическая часть:**

1. Обще подготовительные и специальные упражнения в волейболе.
2. Стойка волейболиста и передвижение по площадке.
3. Верхняя и нижняя подачи.
4. Верхняя и нижняя передачи мяча.
5. Перемещение к месту встречи с мячом, вынос рук.
6. Подача в прыжке.
7. Прием мяча одной рукой с последующим падением.
8. Освоение нападающего удара.
9. Одиночная блокировка нападающего удара.
10. Парная блокировка нападающего удара.
11. Приём мяча сверху двумя руками с последующим падением на спину.
12. Совершенствование верхней и нижней передачи.
13. Совершенствование перемещений с выносом рук.
14. Совершенствование верхней и нижней «прямой» и «боковой» подачи.
15. Обучение отбиванию мяча кулаком от верхнего края сетки.
16. Игра по правилам.
17. Комбинации игры в нападении.
18. Комбинации игры в защите.
19. Совершенствование тактики игры в защите.
20. Обучение прямому нападающему удару, совершенствование навыка.
21. Совершенствование одиночного блокирования.
22. Техника нападения и защиты.
23. Игра по правилам.
24. Совершенствование отбивания мяча кулаком от верхнего края сетки.
25. Совершенствование прямого нападающего удара.
26. Отработка техники игры в волейбол.
27. Тактика игры в защите.
28. Тактика игры в нападении.
29. Совершенствование изученных приемов в учебных играх.
30. Игра по правилам.

##### **Практическая часть:** сдача контрольных нормативов по модулю.

ОПОП	Редакция 2	СМК-В1.П2-2023
Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 Волейбол, направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование, профиль подготовки: «Химия» и «Биология»		

## 9. Учебно-методическое и информационное обеспечение

### 9.1. Основная литература

1. Алхасов, Д. С. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: спортивные игры : учебник для вузов / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 313 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14409-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/497025>
2. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для вузов / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 424 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02483-8.
3. Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах : учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 160 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10524-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493629>

### 9.2. Дополнительная учебная литература

1. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.]; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 322 с. — Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/sportivnye-igry-pravila-taktika-tehnika-444895](http://www.biblio-online.ru/book/sportivnye-igry-pravila-taktika-tehnika-444895)
2. Физическая культура : учебник и практикум для прикладного бакалавриата / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 424 с. — Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/fizicheskaya-kultura-431985](http://www.biblio-online.ru/book/fizicheskaya-kultura-431985)

### 9.3. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет:

1. Сайт библиотеки КамГУ <http://bibl.kamgu.ru>
2. ЭБС Юрайт – электронная библиотека <https://biblio-online.ru>.

## 10. Формы и критерии оценивания учебной деятельности студента

Определение уровня достижения планируемых результатов освоения дисциплины (модуля) осуществляется посредством оценки уровня сформированности компетенции и оценки уровня успеваемости обучающегося.

### Критерии оценивания уровня сформированности компетенций и оценки уровня успеваемости обучающегося

#### Текущий контроль

Уровень сформированности компетенции	Уровень освоения дисциплины (оценка)	Форма контроля	Выполнение нормативов
		Критерии оценивания	
Высокий	Отлично	Выполнено от 91 до 100 % заданий	
Базовый	Хорошо	Выполнено от 76 до 90 % заданий	
Пороговый	Удовлетворительно	Выполнено от 50 до 75 % заданий	
Компетенции не сформированы	Неудовлетворительно	Выполнено менее 50 % заданий	

#### Промежуточная аттестация

Уровень сформированности	Уровень освоения дисциплины	Форма контроля	Зачет
		Критерии оценивания	

ОПОП	Редакция 2	СМК-В1.П2-2023
Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 Волейбол, направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование, профиль подготовки: «Химия» и «Биология»		

компетенции	(оценка)	
Высокий	зачтено	Продемонстрированы глубокие знания программного материала, а также сформированность всех дескрипторов компетенции: знаний, умений, навыков. Применение умений и навыков, уверенное.
Базовый	зачтено	Продемонстрированы глубокие знания программного материала, а также успешная сформированность дескрипторов компетенции: знаний, умений, навыков. Вместе с тем, студентом допущены ошибки, имеет место пробелы в умениях и навыках.
Пороговый	зачтено	Продемонстрированы не достаточные знания программного материала. Сформированы дескрипторы компетенции: знания, умения, навыки порогового уровня.
Компетенции не сформированы	не зачтено	Дескрипторы компетенции: знания, умения, навыки не сформированы (теоретические знания разрознены, умения и навыки отсутствуют) // Либо ответ на вопрос полностью отсутствует или студент отказывается от ответа (выполнения практического задания).

### 11. Материально-техническая база

Помещение для самостоятельной работы, оборудованное учебной мебелью, компьютерами с подключением к сети Интернет, обеспеченным доступом в ЭИОС вуза, ЭБС Юрайт.

Спортивный гимнастический зал, оснащенный гимнастическим инвентарем и оборудованием; оборудование и технические средства для организации и проведения практических занятий (занятий семинарского типа), текущего контроля и промежуточной аттестации.