

Рассмотрено и утверждено на заседании кафедры

педагогики

Протокол № 9 от 25 апреля 2024 г

Заведующая кафедрой

педагогики Прошина И.И.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ЭЛЕКТИВНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Б1. В.ДВ.01.03 ВОЛЕЙБОЛ

Направление подготовки (специальность): **44.03.05 «Педагогическое образование»**

профили подготовки **«Начальное образование» и «Русский язык»**

Квалификация выпускника: **бакалавр**

Форма обучения: **очная**

Курс 1-4 Семестр 1-8

Зачет: **8 семестр**

Год набора: 2024

Петропавловск-Камчатский, 2024 г.

| | |
|---|----------------|
| ОПО | СМК-В1.П2-2024 |
| Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 Волейбол для направления подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)», профили подготовки «Начальное образование» и «Русский язык» | |

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 Министерства образования и науки Российской Федерации от «22» февраля 2018 года № 125 (далее – ФГОС ВО)

Разработчик(и): Доцент кафедры физического воспитания Баранова Л.А.

| | |
|---|----------------|
| ОПО | СМК-В1.П2-2024 |
| Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 Волейбол для направления подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)», профили подготовки «Начальное образование» и «Русский язык» | |

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 |

| | |
|---|----------------|
| ОПО | СМК-В1.П2-2024 |
| Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 Волейбол для направления подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)», профили подготовки «Начальное образование» и «Русский язык» | |

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.

Выделено 1 модуль

МОДУЛЬ 1. ВОЛЕЙБОЛ

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. |

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.

| | |
|---|----------------|
| ОПО | СМК-В1.П2-2024 |
| Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 Волейбол для направления подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)», профили подготовки «Начальное образование» и «Русский язык» | |

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 подачи 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 перекат назад на спину, с выпадом правой ногой вперед-вправо (левой вперед-влево) и перекатом в сторону на бедро и спину.

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

| | |
|---|----------------|
| ОПО | СМК-В1.П2-2024 |
| Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 Волейбол для направления подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)», профили подготовки «Начальное образование» и «Русский язык» | |

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 снизу вверх. Исправление ошибок при подаче.

Тема 14. Обучение отбиванию мяча кулаком от верхнего края сетки. Отработка ударных движений, выполняемых короткими толчкообразными отбиванием 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).

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».

| | |
|---|----------------|
| ОПО | СМК-В1.П2-2024 |
| Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 Волейбол для направления подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)», профили подготовки «Начальное образование» и «Русский язык» | |

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 |
| | Всего | 0 | 26 | 20 | 46 |

Тематический план

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

| | |
|---|----------------|
| ОПО | СМК-В1.П2-2024 |
| Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 Волейбол для направления подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)», профили подготовки «Начальное образование» и «Русский язык» | |

| | | | |
|---|---|---|------|
| 2 | Общеподготовительные и специальные упражнения в волейболе | 4 | УК-7 |
| 3 | Стойка волейболиста и передвижение по площадке | 4 | УК-7 |
| 4 | Верхняя и нижняя подачи | 4 | УК-7 |
| 5 | Верхняя и нижняя передачи мяча | 4 | УК-7 |

1 курс, 2 семестр
Модули дисциплины

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

Тематический план

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

Тематическое планирование
2 курс, 3 семестр

Модули дисциплины

| № | Наименование модуля | Лекции | Практики/ семинары | Сам. работа | Всего, часов |
|---|---------------------|----------|-----------------------|----------------|-----------------|
| 1 | Волейбол | 0 | 20 | 20 | 40 |
| | Всего | 0 | 20 | 20 | 40 |

Тематический план

| № | Тема | Кол-во часов | Компетенции по теме |
|--|------|-----------------|------------------------|
| Практические занятия (семинары) | | | |

| | |
|---|----------------|
| ОПО | СМК-В1.П2-2024 |
| Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 Волейбол для направления подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)», профили подготовки «Начальное образование» и «Русский язык» | |

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

Тематическое планирование

2 курс, 4 семестр

Модули дисциплины

| № | Наименование модуля | Лекции | Практики/ семинары | Сам. работа | Всего, часов |
|---|---------------------|----------|-----------------------|----------------|-----------------|
| 1 | Волейбол | 0 | 20 | 20 | 40 |
| | Всего | 0 | 20 | 20 | 40 |

Тематический план

| № | Тема | Кол-во часов | Компетенции по теме |
|--|--|-----------------|------------------------|
| Практические занятия (семинары) | | | |
| 1 | Обучение отбиванию мяча кулаком от верхнего края сетки | 4 | УК-7 |
| 2 | Игра по правилам | 4 | УК-7 |
| 3 | Комбинации игры в нападении | 4 | УК-7 |
| 4 | Комбинации игры в защите | 4 | УК-7 |
| 5 | Совершенствование тактики игры в защите | 4 | УК-7 |
| | Самостоятельная работа | | |
| 1 | Обучение отбиванию мяча кулаком от верхнего края сетки | 4 | УК-7 |
| 2 | Игра по правилам | 4 | УК-7 |
| 3 | Комбинации игры в нападении | 4 | УК-7 |
| 4 | Комбинации игры в защите | 4 | УК-7 |
| 5 | Совершенствование тактики игры в защите | 4 | УК-7 |

| | |
|---|----------------|
| ОПО | СМК-В1.П2-2024 |
| Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 Волейбол для направления подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)», профили подготовки «Начальное образование» и «Русский язык» | |

**Тематическое планирование
3 курс, 5 семестр**

Модули дисциплины

| № | Наименование модуля | Лекции | Практики/ семинары | Сам. работа | Всего, часов |
|---|---------------------|----------|-----------------------|----------------|-----------------|
| 1 | Волейбол | 0 | 20 | 20 | 40 |
| | Всего | 0 | 20 | 20 | 40 |

Тематический план

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

**Тематическое планирование
3 курс, 6 семестр**

Модули дисциплины

| № | Наименование модуля | Лекции | Практики/ семинары | Сам. работа | Всего, часов |
|---|---------------------|----------|-----------------------|----------------|-----------------|
| 1 | Волейбол | 0 | 20 | 20 | 40 |
| | Всего | 0 | 20 | 20 | 40 |

Тематический план

| № | Тема | Кол-во часов | Компетенции по теме |
|--|-----------------------------------|-----------------|------------------------|
| Практические занятия (семинары) | | | |
| 1 | Отработка техники игры в волейбол | 4 | УК-7 |
| 2 | Тактика игры в защите | 4 | УК-7 |
| 3 | Тактика игры в нападении | 4 | УК-7 |

| | |
|---|----------------|
| ОПО | СМК-В1.П2-2024 |
| Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 Волейбол для направления подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)», профили подготовки «Начальное образование» и «Русский язык» | |

| | | | |
|-------------------------------|---|---|------|
| 4 | Совершенствование изученных приемов в учебных играх | 4 | УК-7 |
| 5 | Игра по правилам | 4 | УК-7 |
| Самостоятельная работа | | | |
| 1 | Отработка техники игры в волейбол | 4 | УК-7 |
| 2 | Тактика игры в защите | 4 | УК-7 |
| 3 | Тактика игры в нападении | 4 | УК-7 |
| 4 | Совершенствование изученных приемов в учебных играх | 4 | УК-7 |
| 5 | Игра по правилам, судейство | 4 | УК-7 |

**Тематическое планирование
4 курс, 7 семестр**

Модули дисциплины

| № | Наименование модуля | Лекции | Практики/ семинары | Сам. работа | Всего, часов |
|---|---------------------|----------|-----------------------|----------------|-----------------|
| 1 | Волейбол | 0 | 20 | 20 | 40 |
| | Всего | 0 | 20 | 20 | 40 |

Тематический план

| № | Тема | Кол-во часов | Компетенции по теме |
|--|---|-----------------|------------------------|
| Практические занятия (семинары) | | | |
| 1 | Отработка техники игры в волейбол | 4 | УК-7 |
| 2 | Совершенствование изученных приемов в учебных играх | 4 | УК-7 |
| 3 | Игра по правилам | 4 | УК-7 |
| 4 | Совершенствование отбивания мяча кулаком от верхнего края сетки | 4 | УК-7 |
| 5 | Учебная игра. | 4 | УК-7 |
| Самостоятельная работа | | | |
| 1 | Отработка техники игры в волейбол | 4 | УК-7 |
| 2 | Совершенствование изученных приемов в учебных играх | 4 | УК-7 |
| 3 | Игра по правилам | 4 | УК-7 |
| 4 | Совершенствование отбивания мяча кулаком от верхнего края сетки | 4 | УК-7 |
| 5 | Учебная игра. | 4 | УК-7 |

**Тематическое планирование
4 курс, 8семестр**

Модули дисциплины

| № | Наименование модуля | Лекции | Практики/ семинары | Сам. работа | Всего, часов |
|---|---------------------|--------|-----------------------|----------------|-----------------|
|---|---------------------|--------|-----------------------|----------------|-----------------|

| | |
|---|----------------|
| ОПО | СМК-В1.П2-2024 |
| Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 Волейбол для направления подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)», профили подготовки «Начальное образование» и «Русский язык» | |

| | | | | | |
|---|--------------|----------|-----------|-----------|-----------|
| 1 | Волейбол | 0 | 20 | 16 | 36 |
| | Всего | 0 | 20 | 16 | 36 |

Тематический план

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

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.

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.

| | |
|---|----------------|
| ОПО | СМК-В1.П2-2024 |
| Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 Волейбол для направления подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)», профили подготовки «Начальное образование» и «Русский язык» | |

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 игра
- 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

| | |
|---|----------------|
| ОПО | СМК-В1.П2-2024 |
| Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 Волейбол для направления подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)», профили подготовки «Начальное образование» и «Русский язык» | |

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 правила.

Практическая часть: сдача контрольных нормативов по модулю.

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, 2024. — 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, 2024. — 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, 2024. — 160 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10524-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493629>

| | |
|---|----------------|
| ОПО | СМК-В1.П2-2024 |
| Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 Волейбол для направления подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)», профили подготовки «Начальное образование» и «Русский язык» | |

9.2. Дополнительная учебная литература

- 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
- 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

9.3. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет:

- Сайт библиотеки КамГУ <http://bibl.kamgpu.ru>
- 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 компетенции | Уровень освоения дисциплины (оценка) | Форма контроля | Зачет |
|--------------------------------------|--------------------------------------|---|-------|
| | | Критерии оценивания | |
| 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.

| | |
|---|----------------|
| ОПО | СМК-В1.П2-2024 |
| Рабочая программа элективной дисциплины Б1.В.ДВ.01.03 Волейбол для направления подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)», профили подготовки «Начальное образование» и «Русский язык» | |

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.