

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Київський національний університет будівництва і архітектури

СПОРТИВНІ ІГРИ:
ВОЛЕЙБОЛ З МЕТОДИКОЮ ВИКЛАДАННЯ

Методичні вказівки
для студентів спеціальності 017 “Фізична культура і спорт”
освітнього рівня бакалавр

Київ 2023

УДК 796

Г61

Укладач А.М. Головка, старший викладач кафедри фізичного виховання і спорту, Київського національного університету будівництва і архітектури

Рецензент О.М. Шамич, д-р псих. наук, професор кафедри фізичного виховання і спорту, Київського національного університету будівництва і архітектури

Відповідальний за випуск О.М. Шамич, д-р псих., наук, професор

Затверджено на засіданні кафедри фізичного виховання і спорту, протокол № 5 від 24 січня 2023 року.

В авторській редакції.

Спортивні ігри: Волейбол з методикою викладання: методичні вказівки / уклад.: Головка А.М. – К: КНУБА, Талком, 2023. – 28 с.

Містять загальні відомості, мету, завдання, програму та структуру навчальної дисципліни «Волейбол з методикою викладання».

Надані теми та короткий зміст лекційних та практичних занять, теми для самостійної роботи, питання модульного і підсумкового контролю, спеціальна література, інші інформаційні ресурси щодо вивчення дисципліни.

Призначено для студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» освітнього рівня бакалавр денної та заочної форм навчання.

© КНУБА, Талком, 2023

ЗМІСТ

Зміст.....	3
Загальні положення.....	4
1. Характеристика навчальної дисципліни.....	5
2. Компетенції студентів, що формуються в результаті засвоєння дисципліни	6
3. Програма навчальної дисципліни.....	7
3.1. Змістовий модуль 1.....	7
3.2. Змістовий модуль 2.....	8
3.3. Змістовий модуль 3.....	9
4. Структура навчальної дисципліни.....	10
5. Вимоги до самостійної роботи студентів.....	12
5.1. Орієнтовна тематика для реферативної роботи.....	13
6. Контроль за якістю навчання.....	16
6.1. Організація та проведення модульного контролю.....	16
6.2. Організація та проведення підсумкового контролю.....	18
6.2.1. Перелік питань для підсумкового контролю (залік).....	19
Список літератури.....	21

Загальні положення

Гра в волейбол - це не тільки ефективний засіб фізичного виховання, а й засіб активного та корисного відпочинку. Ця динамічна гра розвиває в людині такі якості як швидкість, влучність, витривалість, спритність, силу. Поряд з фізичними якостями волейбол в силу своєї специфіки, сприяє вихованню моральних якостей в першу чергу: товариства, мужності, швидкості, спритності.

Змагання з волейболу вимагають від спортсменів прояву сміливості, рішучості, витримки, вміння долати труднощі, а чітке дотримання правил гри сприяє вихованню організованості та дисципліни.

Заняття волейболом позитивно впливають на організм людини. Дії спортсмена пов'язані з емоційним збудженням, відповідними реакціями організму. Все це зміцнює руховий апарат людини, удосконалює процес обміну речовин, кровообігу, дихання. Характерна для волейболу швидка зміна ігрових ситуацій сприяє багатосторонньому розвитку функцій зорового, тактильного, рухового, вестибулярного і слухового аналізаторів. Також, різнобічно розвиваються концентрованість, розподіл, швидкість переключення і стійкість уваги, обсяг уваги.

Корінні зміни соціально-економічного життя України, в тому числі формування національної системи освіти, залежать від декількох складових, однією з них є фізичне виховання дітей, учнівської та студентської молоді. Як свідчить вітчизняний і міжнародний досвід, фізичне виховання і спорт у вищому навчальному закладі має широкі можливості для формування професійної та загальної культури особистості. Таким чином, основним завданням вузівської освіти ми бачимо формування соціально-активної, всебічно розвиненої, висококультурної, фізично і морально здорового фахівця.

Програма фізичного виховання для ЗВО складається з багатьох розділів. Одним з них є розділ «спортивні ігри». Спортивні ігри сформувалися на основі ігрової діяльності, властивої людині. Гра займає велике місце в житті людини. У дитячому віці гра - основний вид діяльності, засіб підготовки до життя, до праці, ефективний засіб фізичного виховання. Особливості спортивних ігор визначаються специфікою змагальної діяльності, яка відрізняє їх від інших видів спорту.

Об'єктом даних методичних вказівок виступає волейбол як вид спорту.

Предмет дослідження - процес розвитку техніки гри у волейбол.

Мета роботи - визначити та розкрити основні тенденції розвитку техніки гри у волейбол, розробити оптимальну методику навчання техніці гри у волейбол та розвитку фізичних якостей у студентів.

Відповідно до об'єкта, предмета та мети дослідження поставлено такі завдання:

1. Розкрити суть спортивної спеціалізації «Волейболіст», її еволюції, і на цій основі розробити концептуальну модель розвитку у студентів покликання до спортивної спеціальності «Волейболіст».

2. Визначити зміст навчання техніці та методиці цього виду спорту і виявлення у студентів покликання до спеціалізації.

3. Охарактеризувати основи методики навчання техніці гри у волейбол та розвиток фізичних якостей у студентів, необхідних їм для ефективного оволодіння технікою гри і досягнення високих результатів у процесі фізичного виховання у ЗВО.

1. Характеристика навчальної дисципліни

Дисципліна входить у систему професійно-орієнтованих предметів підготовки фахівців зі спеціальності 017 Фізична культура і спорт. Матеріал програми спрямований на вирішення виховних, освітніх та оздоровчих завдань. Тому вивчення курсу базується на теоретико-методичних підходах, які висвітлюються студентам під час вивчення ними природничонаукових і загально-професійних дисциплін: загальних знаннях теорії і методики фізичного виховання, анатомії людини, фізіології спорту, психології, педагогіки, а також інших видів спортивних ігор.

Як видно з таблиці 1, програма курсу розрахована на 90 годин. Виконання програми здійснюється за допомогою: лекцій (20 години); семінарських занять (20 годин); самостійної роботи (50 годин) – для студентів денної форми навчання; лекцій (10 години); семінарських занять (10 годин); самостійної роботи (70 годин) – для студентів заочної форми навчання.

Наприкінці 2 семестру за даним курсу складається залік.

Для отримання заліку необхідно засвоїти теоретичні відомості, оволодіти відповідними вміннями і навичками, виконати письмову

контрольну роботу, приймати участь в обговоренні заданих тем на семінарських заняттях, вміти працювати самостійно.

Таблиця 1

Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма	заочна форма
Кількість кредитів - 3	<i>Галузь знань:</i> 01 Освіта/педагогіка	Нормативна	
Модулів - 3	<i>Спеціальність:</i> 017 Фізична культура і спорт	Рік підготовки:	
Змістових модулів - 3		3-й	3-й
Загальна кількість годин - 90		Семестр	
		6-й	6-й
		Лекції	
Тижневих годин (денна форма): аудиторних – 4 самостійної роботи – 4,5	<i>Освітньо-кваліфікаційний рівень:</i> Бакалавр	20 год.	10 год.
		Практичні, семінарські	
		20 год.	10 год.
		Самостійна робота	
		50 год.	70 год.
		Вид контролю: залік	

2. Програмні результати навчання та компетентності, що формуються в результаті засвоєння дисципліни

Бакалавр фізичної культури і спорту повинен бути здатний розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів відповідних наук і характеризується комплексністю та невизначеністю умов.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні (табл. 2):

знати: методичні вказівки з дисципліни “Спортивні ігри. Волейбол”;

вміти: використовувати набуті знання на практиці в процесі занять фізичною культурою та спортом.

**Компетентності та програмні результати навчання, що формуються в
результаті засвоєння дисципліни**

Програмні компетентності	
Інтегральна компетентність (ІК)	Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.
Загальні компетентності (ЗК)	ЗК01. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями. ЗК05. Здатність планувати та управляти часом. ЗК12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
Спеціальні (фахові) компетентності (СК)	СК02. Здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях. СК05. Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя. СК14. Здатність до безперервного професійного розвитку.
Програмні результати навчання	
<p>ПРН5. Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.</p> <p>ПРН7. Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами.</p> <p>ПРН8. Здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань.</p> <p>ПРН13. Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості.</p> <p>ПРН21. Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.</p>	

3. Програма навчальної дисципліни

Програма навчальної дисципліни містить обсяг знань, які повинні опанувати бакалаври відповідно до вимог освітньо-кваліфікаційної характеристики, алгоритму вивчення учбового матеріалу, а також передбачає необхідне методичне забезпечення, складові та технологію оцінювання навчальних досягнень студентів.

Лекційні заняття містять інформацію представлену у змістових модулях вивчення дисципліни. Практичні (семінарські) заняття спрямовані на закріплення теоретичного матеріалу, викладеного під час лекцій.

3.1. Змістовий модуль 1. Загальні основи теорії і методики та форми організації у волейболі.

Лекція 1. Історичний нарис розвитку волейболу. Правила гри волейболу.

Історична довідка й коротка характеристика гри. Характеристика волейболу, як ігрового виду спорту.

Правила гри. Розміри та лінії майданчика.

Лекція 2-3. Техніка гри у волейболі.

Основна стійка волейболіста. Техніка гри у нападі, техніка гри у захисті. Подачі м'яча, види подач м'яча. Передачі м'яча, види передач. Нападаючий удар, техніка виконання. Блокування та техніка виконання.

Лекція 4. Тактика гри у волейболі.

Створення передумов для успішного навчання тактиці гри. Формування тактичного вміння у процесі навчання технічних прийомам. Забезпечення високого ступеня надійності технічних прийомів гри у складних ігрових умовах. Оволодіння основою індивідуальних, групових і командних тактичних дій в нападі і захисті. Розвиток спроможності до швидких переключень у діях — від нападу до захисту і від захисту до нападу.

Лекція 5. Методика підготовки волейболістів.

Інтегральна підготовка являє собою систему тренувальних впливів, покликану максимально використовувати тренувальні ефекти технічної, тактичної фізичної та інших видів підготовки в змагальній діяльності волейболістів.

3.2. Змістовий модуль 2. Фізична та психологічна підготовка волейболістів.

Лекція 6. Фізична підготовка волейболістів.

Загальна фізична підготовка. Спеціальна фізична підготовка. Основні фізичні якості волейболістів.

Лекція 7. Психологічна підготовка волейболістів.

Завданням психологічної підготовки є формування дисциплінованості, наполегливості, завзятості, працелюбності, впевненості в своїх силах, здібності до максимального вияву своїх можливостей, сміливості, рішучості, волі до перемоги.

Лекція 8. Планування навчально-тренувального процесу.

План комплектування відділень і навчальних груп;
- річний план роботи з наступними розділами: оргробота, навчально-спортивна, виховна, господарська робота, медконтроль проведення тренерських рад, облік і звітність;
- календарний план спортивно-масових заходів, тренувальних зборів і змагань.
-розклад занять в групах.

Лекція 9. Особливості підготовки юних волейболістів.

Фізична підготовка юних волейболістів: значення та елементи. Основи методики фізичної підготовки юних волейболістів.

Застосування рухливих ігор і естафет у підготовці волейболістів; сприяючі розвитку швидкості і спритності; сприяюча розвитку стрибучість; сприяючі розвитку швидкісно-силової витривалості; сприяючі розвитку точність рухів; сприяючі розвитку відчуття простору і координації рухів.

Лекція 10. Організація та проведення змагань. Допоміжне обладнання.

Спортивні змагання як невід'ємна частина тренувального процесу. Організація спортивних змагань: програма змагань і положення змагань. Основи суддівства. Підведення підсумків.

3.3. Змістовий модуль 3. Практичні заняття

Основна дидактична *мета* практичних (семінарських) занять – розширення, поглиблення і деталізація наукових знань, отриманих студентами на лекціях і в процесі самостійної роботи і спрямованих на підвищення рівня засвоєння навчального матеріалу, набуття умінь і навичок, розвиток наукового мислення та усного мовлення студентів.

У таблиці 3 наведені теми практичних занять та завдання для їх обговорення.

Таблиця 3

Теми практичних занять

№ з/п	Тематика семінару	К-ть годин
1.	Основні стійки гравців. Техніка переміщень по майданчику.	2
2.	Техніка виконання передачі м'яча двома руками зверху у волейболі.	2
3.	Техніка виконання передачі м'яча двома руками знизу у волейболі.	2
4.	Техніка виконання прийому м'яча двома руками зверху.	2
5.	Техніка виконання прийому м'яча двома руками знизу.	2
6.	Техніка виконання нижньої прямої подачі. Техніка виконання верхньої прямої подачі.	2
7.	Техніка виконання нападаючого удару у волейболі.	2
8.	Техніка блокування.	2
9.	Тактичні дії у нападі.	2
10.	Тактичні дії у захисті.	2
Усього годин		20

4. Структура навчальної дисципліни

Таблиця 4

Змістовий модуль 1. Загальні основи теорії і методики та форми організації у волейболі.

Теми лекцій	Кількість годин										
	Денна форма					Заочна форма					
	усьо го	у тому числі				усьо го	у тому числі				
		Л	П		І		С	л	П	Л	І
Змістовий модуль 1. Загальні основи теорії і методики та форми організації у волейболі.											
Тема 1. Історичний нарис розвитку волейболу. Правила гри волейболу.		2						1			
Тема 2-3. Техніка гри у волейболі.		2						2			
Тема 4. Тактика гри у волейболі.		2						1			
Тема 5. Методика підготовки волейболістів.		2						1			
Усього годин		20						5			

Таблиця 5

Змістовий модуль 2. Фізична та психологічна підготовка волейболістів.

Теми лекцій	Кількість годин										
	Денна форма					Заочна форма					
	усьо го	у тому числі				усьо го	у тому числі				
		Л	П		І		С	л	П	Л	І
Змістовий модуль 2. Фізична та психологічна підготовка волейболістів.											
Тема 6. Фізична підготовка волейболістів.		2						1			
Тема 7. Психологічна підготовка волейболістів.		2						1			
Тема 8. Планування навчально-тренувального процесу.		2						1			
Тема 9. Особливості підготовки юних волейболістів.		2						1			
Тема 10. Організація та проведення змагань. Допоміжне обладнання.		2						1			
Усього годин		10						5			

Таблиця 6

Змістовий модуль 3. Практичні заняття з дисципліни

Теми лекцій	Кількість годин											
	денна форма					Заочна форма						
	усь ого	у тому числі					усь ого	у тому числі				
		Л	П		І	С		Л	П		І	С
<i>Змістовий модуль 3. Практичні заняття з дисципліни</i>												
Основні стійки гравців. Техніка переміщень по майданчику.			2						1			
Техніка виконання передачі м'яча двома руками зверху у волейболі.			2						1			
Техніка виконання передачі м'яча двома руками знизу у волейболі.			2						1			
Техніка виконання прийому м'яча двома руками зверху.			2						1			
Техніка виконання прийому м'яча двома руками знизу.			2						1			
Техніка виконання нижньої прямої подачі. Техніка виконання верхньої прямої подачі.			2						1			
Техніка виконання нападаючого удару у волейболі.			2						1			
Техніка блокування.			2						1			
Тактичні дії у нападі.			2						1			
Тактичні дії у захисті.			2						1			
Усього годин			20			50	90		10			70
Усього годин на дисципліну	90	20	20			50	90	10	10			70

5. Вимоги до самостійної роботи студентів

Самостійна робота студентів є основним засобом засвоєння навчального матеріалу у вільний від аудиторних занять час.

Зміст самостійної роботи студента визначається навчальною робочою програмою дисципліни, методичними матеріалами, завданнями та вказівками викладача. Викладач визначає обсяг самостійної роботи, узгоджує її з іншими видами навчальної діяльності, розробляє методичні засоби проведення поточного, підсумкового та семестрового контролю, аналізує результати самостійної роботи кожного студента.

До самостійної роботи студента належать наступні види робіт:

- 1) опрацювання матеріалу лекцій – 0,5 год. на 2 год. лекції;
- 2) підготовка до практичного заняття (семінару) – 0,5 год. на 2 год. семінару;
- 3) опрацювання тем робочої програми, які викладаються або не викладаються на лекціях – визначається обсягом тем, винесених на самостійну роботу (табл. 7);
- 4) підготовка індивідуального завдання: реферату – 6-8 годин;
- 5) підготовка до модульної контрольної роботи – 2 години;
- 6) підготовка до заліку – 20 годин.

Таблиця 7

Перелік тем для самостійної роботи студентів

№ з/п	Назва тем для самостійної роботи	Кількість годин
1.	Передумови та історія виникнення волейболу. Волейбол в програмі Олімпійських ігор.	2/2
2.	Створення міжнародної федерації з волейболу (ФІВБ).	1/2
3.	Рухливі ігри в навчанні волейболу.	1/2
4.	Естафети в навчанні та удосконаленні елементів техніки гри у волейбол.	2/2
5.	Класифікація техніки гри у волейбол. Техніка гри в нападі та техніка гри в захисті.	2/2
6.	Аналіз техніки та методика навчання переміщення у волейболі (стійка, перекочування).	2/2
7.	Аналіз техніки та методика навчання передачам-прийому м'яча зверху.	2/2
8.	Аналіз техніки та методика навчання передачам-прийому м'яча знизу.	2/2
9.	Аналіз техніки та методика навчання нападаючому удару.	2/2

10.	Техніка безпеки під час проведення занять та змагань з волейболу	1/2
11.	Майданчик для гри у волейбол, обладнання та інвентар для гри у волейбол. Офіційні розміри та допустимі відхилення.	1/2
12.	Розповісти історію виникнення волейболу. Охарактеризувати сучасний стан волейболу.	1/2
13.	Охарактеризувати техніку стійок, пересувань, перекочувань.	1/2
14.	Окреслити технічні прийоми і особливості пересувань захисника.	2/2
15.	Методика навчання верхньої бокової подачі.	2/2
16.	Методика навчання передач зверху.	2/2
17.	Послідовність викладання техніки.	2/2
18.	Виконання аналіз техніки виконання нападаючого удару.	2/2
19.	Провести аналіз технічних прийомів без м'яча.	1/2
20.	Охарактеризувати технічні прийоми і особливості пересувань гравців при захисних діях.	1/2
21.	Розглянути засоби і методи, спрямовані на розвиток рухових якостей волейболістів.	1/2
22.	Виконати аналіз техніки виконання прийому м'яча знизу.	1/2
23.	Розглянути техніку одиночного блокування.	1/2
24.	Системи змагань. Їх переваги і недоліки.	1/2
25.	Проаналізувати технічні дії гравців нападу.	2/2
26.	Проаналізувати індивідуальні тактичні дії нападаючого гравця.	1/2
27.	Розглянути індивідуальні тактичні дії зв'язуючого гравця.	1/2
28.	Розкрити тактичні дії волейболіста з м'ячем та без м'яча у захисті.	1/2
29.	Розглянути методику навчання і вдосконалення індивідуальних дій у нападі.	1/2
30.	Суддівські жести.	1/2
31.	Методика навчання командним тактичним діям у волейболі за системою (4-2); (5-1); (3-3).	1/2
32.	Офіційні правила гри «Пляжний волейбол».	1/2
33.	Розробити комплекс вправ для розвитку координаційних здібностей волейболістів.	1/2
34.	Протокол змагань. Правила ведення протоколу.	1/2
Усього годин для денної/заочної форми навчання		50/70

Індивідуальна робота з дисципліни (реферат) – сприяє поглибленому вивченню студентом теоретичного матеріалу, формуванню вмінь, використанню знань для вирішення відповідних практичних завдань.

Індивідуальні роботи виконуються студентами самостійно із забезпеченням необхідних консультацій з боку викладача.

У таблицях 8 та 9 наведено порядок оцінювання індивідуальної роботи студента.

Таблиця 8

Критерії оцінювання індивідуальної роботи з дисципліни (реферат)

№	Критерії оцінювання роботи	Максим. кількість балів за кожним критерієм
1	Обґрунтування актуальності, складання плану реферату, формулювання мети, задач, методів дослідження	2
2	Критичний аналіз, сутність та зміст першоджерел. Наявність фактів, ідей, результатів досліджень в логічній послідовності. Аналіз сучасного стану проблеми, перспективи подальшого вивчення тощо.	3
3	Дотримання правил реферуванням наукових публікацій	1
4	Висновки за результатами досліджень, обґрунтованість власної позиції, рекомендації та пропозиції щодо розв'язання проблеми.	2
5	Дотримання вимог щодо технічного оформлення роботи (титольний аркуш, план, вступ, основна частина, висновки, додатки, список використаних джерел).	2
Разом		10

Таблиця 9

Шкала оцінювання індивідуальної роботи з дисципліни (реферат)

Рівень виконання	Кількість балів, відповідає рівню	Оцінка за традиційною системою
Високий	9-10	Відмінно
Достатній	7-8	Добре
Середній	4-6	Задовільно
Низький	0-3	Незадовільно

5.1. Орієнтовна тематика для реферативної роботи:

1. Теоретичні аспекти методики відбору дітей в секцію волейболу на початковому етапі тренувального процесу.
2. Методика і динаміка фізичної підготовки школярів, які займаються волейболом на початковому етапі навчання.
3. Підвищення технічного рівня у спортсменок 13-14 років з застосуванням координаційних вправ у волейболі.
4. Підготовка і роль зв'язуючого у волейболі. Особливості розвитку спритності на заняттях з волейболу.
5. Фізична підготовка у спортивних іграх.
6. Використання комплексних вправ у техніко-тактичній підготовці волейболістів.
7. Навчання нападаючого удару волейболістів 12-13 років.
Основні правила самостійного освоєння рухових дій у волейболі.
9. Спеціальна фізична підготовка студентів-новачків у волейболі з застосуванням різносторонніх технічних засобів навчання.
10. Технічна підготовка на початковому етапі відбору у волейболі.
11. Організація і комплектування груп спортивного вдосконалення з волейболу.
12. Складові частини підготовки спортсмена-волейболіста.
13. Основи техніки і тактики гри у волейбол.
14. Організація, планування і облік роботи з волейболу.
15. Організацій і планування навчально-тренувальних занять.
16. Фізичні вправи – основний засіб фізичного виховання для волейболіста.
17. Фізична і психологічна підготовка волейболіста.
18. Самоконтроль та гігієна волейболістів у тренувальному процесі.
19. Загальна характеристика спортивної підготовки волейболіста.
20. Методика навчання груп початкової підготовки волейболіста.
21. Метод навчання груп попередньої базової підготовки.
22. Методика навчання груп спеціальної базової підготовки.
23. Методика навчання груп підготовки до вищих досягнень.
24. Історія розвитку волейболу.
25. Методика підготовки волейбольних резервів.
26. Місце і значення волейболу у системі світового спорту.
27. Тенденції розвитку волейболу в світі, історична динаміка спортивних досягнень, основні фактори їх розвитку.

Методичні матеріали для самостійної роботи студентів повинні передбачати можливість проведення самоконтролю з боку студента. Для самостійної роботи студенту також рекомендують відповідну наукову та фахову монографічну і періодичну літературу, електронні ресурси, у тому числі й освітній сайт Університету.

6. Контроль за якістю навчання

Навчальна дисципліна оцінюється за модульно-рейтинговою системою. Вона складається з 3 змістовних модулів. Система оцінювання спрямована на стимулювання систематичного вивчення студентом матеріалу навчальної дисципліни.

Результати навчальної діяльності студентів оцінюються за 100 бальною шкалою за семестр. Протягом вивчення дисципліни студент накопичує бали в ході поточного та підсумкового (модульного) оцінювання.

Для успішного складання заліку студенту потрібно набрати не менше 60 балів.

Форми контролю:

- *Самоконтроль* – студент перевіряє засвоєння теоретичного/практичного матеріалу в межах самостійної роботи.

- *Поточний контроль*: усне опитування на заняттях, тестування з теми.

- *Модульний контроль*: у формі контрольної роботи, тестування з тем змістового модулю тощо.

- *Підсумковий контроль* – залік.

Методи контролю. У процесі оцінювання навчальних досягнень студентів методи контролю поділяються на методи усного та письмового контролю, комп'ютерного тестування, методи самоконтролю.

6.1. Організація та проведення модульного контролю

Модульний контроль по дисципліні “ Волейбол з методикою викладання” представлений у вигляді *контрольної роботи*. Вимоги до проведення контрольної роботи: письмове завдання.

Поточний контроль здійснюється на практичних (переважно семінарських) заняттях.

Методика оцінювання успішності вивчення дисципліни представлена у таблицях: розподіл балів за результатами навчання (табл. 10); шкала оцінювання за результатами модульного контролю (табл. 11).

Завдання для контрольної роботи визначає викладач орієнтуючись на обсяг навчального матеріалу передбачений робочою програмою з

дисципліни, яка містить лекційний матеріал, теми семінарських занять, а також теми, рекомендовані для самостійного вивчення.

Таблиця 10

Розподіл балів, що отримують студенти

Поточне оцінювання			Підсумковий (модульний) контроль	Сума балів
Змістові модулі				
1	2	3		
20	20	50	10	100

Альтернативою контрольної роботи можуть бути *відповіді на питання в усній формі* () або виконання студентом *індивідуальної роботи* (табл. 8,9), якщо студент з поважних причин, чому надає підтвердження, не зміг виконати контрольну роботу в письмовій формі. В такому випадку викладач і студент обговорюють альтернативні варіанти перевірки знань і приходять до єдиного рішення.

Таблиця 11

Шкала оцінювання успішності студентів під час підсумкового (модульного) контролю

Оцінка	Кількість балів
ВІДМІННО. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу в повному обсязі з незначною кількістю (1-2) несуттєвих помилок (вищий рівень)	10
ДУЖЕ ДОБРЕ. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу майже в повному обсязі/ зі значною кількістю несуттєвих помилок (3-4) (вище середнього рівня)	8-9
ДОБРЕ. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу в неповному обсязі/ незначна кількість (1-2) суттєвих помилок (середній рівень)	6-7
ЗАДОВІЛЬНО. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу в неповному обсязі/ значна кількість (3-5) суттєвих помилок/недоліків (нижче середнього рівня)	5
НЕЗАДОВІЛЬНО. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу є недостатнім і не задовольняє мінімальні вимоги за результатами навчання. З можливістю повторного складання модулю (низький рівень)	0-4

6.2. Організація та проведення підсумкового контролю

Семестровий контроль по дисципліні “Спортивні ігри. Волейбол” здійснюється наприкінці семестру у формі заліку.

Вимоги щодо оцінювання рівня та якості засвоєння навчального матеріалу з дисципліни представлені у таблицях 12, 13.

Таблиця 12

Шкала оцінювання: національна та ECTS

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

Таблиця 13

Критерії оцінювання якості навчання (за даними таблиці 12)

Оцінка	Кількість балів
ВІДМІННО. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу в повному обсязі з незначною кількістю (1-2) несуттєвих помилок (вищий рівень)	90-100
ДУЖЕ ДОБРЕ. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу в повному обсязі зі значною кількістю (3-4) несуттєвих помилок (вище середнього рівня)	82-89
ДОБРЕ. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу в неповному обсязі з незначною кількістю (1-2) суттєвих помилок (середній рівень)	74-81
ЗАДОВІЛЬНО. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу в неповному обсязі зі значною кількістю (3-5) суттєвих помилок/недоліків (нижче середнього рівня)	69-73
ДОСТАТНЬО. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу в неповному обсязі, але достатнім, що задовольняє мінімальні вимоги за результатами навчання (нижче середнього рівня)	60-68
НЕЗАДОВІЛЬНО. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу є недостатнім і не задовольняє мінімальні вимоги за результатами навчання. З можливістю повторного складання заліку/іспиту (низький рівень)	0-59

6.2.1. Перелік питань для семестрового контролю (залік):

1. Передумови та історія виникнення волейболу.
2. Волейбол у програмі олімпійських ігор. Виступ збірних команд України на олімпійських іграх.
3. Зміни в правилах з волейболу, як необхідна потреба сучасного спорту.
4. Сучасний стан волейболу в світі.
5. Історія розвитку та сучасний стан волейболу в Україні.
6. Сучасний стан жіночого волейболу в світі.
7. Виступ жіночих волейбольних збірних України на чемпіонатах Європи і світу, Олімпійських іграх.
8. Створення міжнародної федерації з волейболу (ФІВБ).
9. Рухливі ігри в навчанні волейболу.
10. Естафети в навчанні та удосконаленні елементів техніки гри у волейбол.
11. Класифікація техніки гри у волейбол. Техніка гри в нападі та техніка гри в захисті.
12. Аналіз техніки та методика навчання переміщенням у волейболі.
13. Аналіз техніки та методика навчання передачам — прийому м'яча зверху.
14. Аналіз техніки та методика навчання прийому — передачі м'яча знизу.
15. Аналіз техніки та методика навчання нападаючому удару.
16. Гігієнічні норми проведення занять та змагань з волейболу.
17. Техніка безпеки під час проведення занять та змагань з волейболу.
18. Вимоги до спортсмена в процесі навчання та тренування волейболістів.
19. Майданчик для гри у волейбол, обладнання та інвентар для гри у волейбол. Офіційні розміри та допустимі відхилення.
20. Види підготовки волейболістів та їх характеристика.
21. Розповісти історію виникнення волейболу. Охарактеризувати сучасний стан волейболу.
22. Охарактеризувати техніку стійок, пересувань, перекочувань.
23. Окреслити технічні прийоми і особливості пересувань захисника.
24. Проаналізувати виконання конкретної ігрової дії, методику її навчання та вдосконалення, розкрити причини виникнення помилок, визначити способи їх усунення.
25. Розглянути систематику техніки гри. Проаналізувати їх за схемою: розділи, підрозділи, способи виконання прийомів.
26. Методика навчання верхньої бокової подачі.
27. Методика навчання передачі зверху.
28. Послідовність викладання техніки.
29. Виконати аналіз техніки виконання нападаючого удару.
30. Провести аналіз технічних прийомів без м'яча.

31. Охарактеризувати технічні прийоми і особливості пересувань гравців при захисних діях.
32. Розглянути засоби і методи, спрямовані на розвиток рухових якостей волейболістів.
33. Розкрити особливості роботи над розвитком рухових якостей в річному циклі тренувань.
34. Виконати аналіз техніки виконання прийому м'яча знизу.
35. Розглянути техніку одиночного блокування.
36. Системи змагань. Їх переваги і недоліки.
37. Проаналізувати технічні дії гравців нападу.
38. Охарактеризувати особливості існуючих у світі волейбольних шкіл та стилів гри.
39. Проаналізувати індивідуальні дії волейболіста у захисті та прийомі.
40. Проаналізувати індивідуальні тактичні дії нападаючого гравця.
41. Розглянути індивідуальні тактичні дії нападаючого гравця.
42. Розкрити тактичні дії волейболіста з м'ячем та без м'яча у захисті.
43. Розглянути методику навчання і вдосконалення індивідуальних дій у нападі.
44. Виховне та освітнє значення змагань.
45. Суддівські жести.
46. Визначення переможця гри.
47. Значення правил гри. Зміни в правилах як об'єктивна потреба викликана розвитком гри.
48. Методи навчання командним тактичним діям у волейболі за системою 4-2.
49. Методи навчання командним тактичним діям в атаці за системою гри 5-1.
50. Методи навчання командним діям за системою 3-3.
51. Офіційні правила гри "Пляжний волейбол".
52. Розробити комплекс вправ для розвитку координаційних здібностей волейболістів.
53. Особливості спортивної діяльності у волейболі.
54. Характеристика м'язової роботи.
55. Протокол змагань. Правила ведення протоколу.
56. Послідовність у засвоєнні технічного прийому.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

Основна

1. Беляєв А.В./ Навчання техніки гри в волейбол і її вдосконалення/ М:ВФВ 1995 – 254 с.
2. Волейбол/ під. ред. Ю.Н. Клещова, А.Г. Айріянця/ Підручник для ІФК/ М:ФіС, 1985 – 235 с.
3. Железняк Ю.Д., Іванова В.І./ Волейбол: підручник для ІФК/ М: ФіС, 1991 – 294 с.
4. Волейбол для всіх. Методичні рекомендації для самостійних занять студентів волейболом/ ПУСКУ, 2001 – 290 с.
5. Боядарьов Д.М., Фурманов А.Т./ Волейбол/ М: ФіС, 1983 – 280 с.
6. Волейбол. Пер. з нім. Під заг. Ред. М. Фідлер. – М.: Фізична культура і спорт, 1972
7. Васецький І.А. Фізичне виховання. Спеціальні вправи з волейболу для покращення технічної підготовки студентів: метод. рек. для самостійних занять студентів за КМСОНП ПУЕТ / І.А. Васецький, І.Є. Кожуріна. – Полтава : ПУЕТ, 2013. – 86 с.
8. Правдін В.А. та ін. Волейбол – гра для всіх – М.: Фізична культура і спорт, 1966
9. Фурманов А.Г., Болдирьов Д.М. Волейбол. – М.: Фізична культура і спорт, 1983
10. Волейбол: Підручнк для вищих навчальних закладів фізичної культури. Під редакцією Беляєва А. В., Савіна М.В., — М.: «Фізична культура, освіта, наука», 2000. — 368 с., іл.
11. Полієвський С. А., Латишкевич О. А., Романов В. А. Технічні засоби навчання в спортивних іграх. — Київ : Здоров'я, 1986. — 173 с.
12. Мондозолевский Г.Г. Щедрість гравця. – М.: Фізична культура і спорт, 1984
13. Піменов М.П. Спеціальні вправи. Волейбол. – Івано –Франковськ, 2000 р.
14. Железняк Ю.Д. 120 уроків по волейболу. – М: Фізична культура і спорт, 1965
15. Основи волейболу./Скл. О.Чехов. М.: Фізична культура і спорт, 1979
16. Спортивні ігри; Пос. для студентів пед. ін-тів по спец. № 2114 «Фізичне виховання» /
17. В.Д. Ковальова. – М.: Освіта, 1988.

Додаткова

1. Васкан І. Г. Методика початкового навчання гри у волейбол : Навчально-методичний посібник / І. Г.Васкан. – Чернівці : Рута, 2009. – 49 с.
2. Борісов О.О. Основи теорії методики викладання волейболу і футболу. Навчальний посібник. Київ, 2004.-664 с.

3. Вознюк Т.В., Ковальчук А.А., Ковальчук О.В. Волейбол у закладах вищої освіти: навчальний посібник. Вінниця: ТОВ «Твори», 2019.- 280 с.
4. Кічук С.Ф., Авраменко В.Г., Лобанков В.С., Гавров Ю.Л. Спортивні та рухливі ігри з методикою викладання. Тестові завдання. Тернопіль, 2003.-186с.
5. Костюкевич В.М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту). Навчальний посібник. Вінниця: Планер, 2014.-616 с.

Інформаційні ресурси:

1. <http://library.knuba.edu.ua/> - Бібліотека Київського національного університету будівництва та архітектури.
2. <https://org2.knuba.edu.ua/> – Освітній сайт Київського національного університету будівництва та архітектури.
3. <http://www.nbuv.gov.ua> – Національна бібліотека України ім.Вернадського, м. Київ, пр. Голосіївський, 3

Навчально-методичне видання

**СПОРТИВНІ ІГРИ:
ВОЛЕЙБОЛ З МЕТОДИКОЮ ВИКЛАДАННЯ**

Методичні вказівки
для студентів
спеціальності 017 "Фізична культура і спорт"
освітнього рівня бакалавр

Укладач Головка Анатолій Михайлович

Комп'ютерне верстання