

**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Мордовский государственный педагогический
университет имени М.Е. Евсевьева»**

Факультет физической культуры
Кафедра теории и методики физической культуры
и безопасности жизнедеятельности

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Спортивные и подвижные игры**

Наименование дисциплины (модуля): Спортивные и подвижные игры
Уровень ОПОП: Бакалавриат

Направление подготовки: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя
профилями подготовки)

Профиль подготовки: Физическая культура. Безопасность жизнедеятельности

Форма обучения: Очная

Разработчики:

Афониная Е. Е., канд. пед. наук, старший преподаватель

Четайкина О. В., канд. пед. наук, доцент

Бородулин П. С., старший преподаватель

Карабанова О. Н., старший преподаватель

Миронов А. Г., старший преподаватель

Скупова Е. А., старший преподаватель

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 10
от 26.04.2016 года

Зав. кафедрой



Якимова Е. А.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедр-
ры, протокол № 1 от 29.08.2017 года

Зав. кафедрой



Якимова Е. А.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедр-
ры, протокол № 1 от 27.08.2018 года

Зав. кафедрой



Якимова Е. А.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедр-
ры, протокол № 1 от 27.08.2019 года

Зав. кафедрой



Якимова Е. А.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедр-
ры, протокол № 1 от 31.08.2020 года

Зав. кафедрой



Якимова Е. А.

Подготовлено в системе 1С:Университет (000002071)

1. Цель и задачи изучения дисциплины

Цель изучения дисциплины - формирование у студентов знаний, умений и навыков по проектированию, организации и проведению подвижных и спортивных игр с занимающимися разных возрастных групп, поддерживать уровень физической подготовки обеспечивающий полноценную деятельность.

Задачи дисциплины:

- изучение истории возникновения и развития подвижных и спортивных игр, их места и значения в системе физического воспитания;
- освоение понятий и терминов подвижных и спортивных игр;
- приобретение умения использовать подвижную и спортивную игру как средства физической культуры для реализации оздоровительных, образовательных и воспитательных задач;
- обеспечение навыков по проектированию, организации и проведению подвижных и спортивных игр с занимающимися разных возрастных групп в различных звеньях системы физического воспитания;
- готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина Б1.В.ОД.2 «Спортивные и подвижные игры» относится к вариативной части учебного плана.

Дисциплина изучается на 2, 3, 4, 5 курсе, в 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9 семестрах.

Для изучения дисциплины требуется: Для изучения дисциплины требуются знания школьного курса предмета «Физическая культура», техники мер безопасности при проведении занятий по физической культуре.

Изучению дисциплины Б1.В.ОД.2 «Спортивные и подвижные игры» предшествует освоение дисциплин (практик):

Б1.В.ОД.6 Туризм;

Б1.В.ОД.2 История и социология физической культуры и спорта;

Б1.Б.10 Возрастная анатомия, физиология и основы валеологии.

Освоение дисциплины Б1.В.ОД.2 «Спортивные и подвижные игры» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

Б1.В.ДВ.18.1 Теоретико-методические особенности применения здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе;

Б1.В.ДВ.21.1 Инновационные формы работы со школьниками на уроках физической культуры;

Б3.Д.1 Выпускная квалификационная работа;

Б1.В.ОД.1 Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование;

Б1.В.ОД.2 Спортивные и подвижные игры;

Б1.В.ОД.3 Легкая атлетика;

Б1.В.ОД.5 Плавание;

Б1.В.ОД.7 Единоборства;

Б1.В.ОД.20 Биомеханика двигательных действий;

Б1.В.ДВ.5.1 Физическое воспитание в сельских школах;

Б1.В.ДВ.5.2 Современные направления оздоровительных видов физической культуры;

Б1.В.ДВ.10.1 Особенности физического воспитания и физического развития ребенка в дошкольных образовательных организациях;

Б2.П.2 Летняя педагогическая практика;

Б2.П.3 Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности;

Б2.П.5 Педагогическая практика;

Б2.У.1 Практика по получению первичных профессиональных умений и навыков, в том числе первичных умений и навыков научно-исследовательской деятельности;

ФТД.2 Повышение спортивного мастерства;

Б3.Г.1 Государственный экзамен;

Б1.В.ДВ.24.1 Организация занятий по спортивной борьбе с детьми школьного возраста;

Б1.В.ОД.7 Безопасный отдых и туризм.

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Спортивные и подвижные игры», включает: образование, социальную сферу, культуру.

Освоение дисциплины готовит к работе со следующими объектами профессиональной деятельности:

- обучение;
- воспитание;
- развитие;
- просвещение;
- образовательные системы.

В процессе изучения дисциплины студент готовится к видам профессиональной деятельности и решению профессиональных задач, предусмотренных ФГОС ВО и учебным планом.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Индикаторы достижения компетенций	Образовательные результаты
ОК-8 готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность.	
ОК-8 готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность.	знать: методы и приемы воспитания движений; основы методики обучения; позиции и положения рук и ног; эстетические, нравственные и духовные ценности основных систем физического воспитания; уметь: - формировать потребность ведения здорового физически активного образа жизни, приверженность к регулярным занятиям по физической культуре; владеть: - использование специальной терминологии, профессиональной речи и жестикуляции в процессе занятий, общения, воспитательной и консультационной работы.
ПК-2 способность использовать современные методы и технологии обучения и диагностики	
ПК-2 способность использовать современные методы и технологии обучения и диагностики	знать: - основы методики преподавания, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; уметь: - стандартизированными методами психодиагностики личностных характеристик и возрастных особенностей обучающихся; владеть: - формами и методами обучения, в том числе выхо-

	дящими за рамки учебных занятий: проектная деятельность, лабораторные эксперименты, полевая практика и т.п.
--	---

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Период контроля	Часы	ЗЕТ	Всего			Всего	Зачет Курсовая работа Экзамен
Всего	540	15	256	148	108	236	48
Третий семестр	72	2	36	18	18	36	
Четвертый семестр	72	2	32	16	16	40	Курсовая работа Зачет
Пятый семестр	36	1	36	18	18		
Шестой семестр	54	1,5	14	14		28	Экзамен-12
Седьмой семестр	72	2	36	18	18	36	
Восьмой семестр	72	2	42	28	14	30	Зачет
Девятый семестр	162	4,5	60	36	24	66	Экзамен-36

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

Раздел 5. Характеристика волейбола как игрового вида спорта:

Верхняя и нижняя передачи мяча как основа нападающих действий. Техника верхней и нижней передачи мяча.

Раздел 6. Тактика игры в волейбол:

Виды (варианты) волейбола. «Положение о соревновании» и способы его проведения. Способы проведения соревнований. Судейство соревнований по волейболу.

Раздел 7. Техника игры в волейбол:

Общие основы волейбола. Сведения об истории возникновения, развития и характерных особенностях игры в волейбол. Правила разминки. Правила техники безопасности при выполнении упражнений на занятиях волейболом. Правила пожарной безопасности, поведения в спортивном зале. Сведения о строении и функциях организма человека. Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Гигиена, врачебный контроль на занятиях волейболом. Правила игры в волейбол. Оборудование места занятий, инвентарь для игры волейбол.

Раздел 8. Тактика игры в волейбол:

Общие основы волейбола. Правила игры в волейбол. Оборудование места занятий, инвентарь для игры волейбол

5.2. Содержание дисциплины: Лекции (18 ч.)

Раздел 5. Характеристика волейбола как игрового вида спорта (8 ч.)

Тема 1. Характеристика волейбола как игрового вида спорта (2 ч.)

Общая характеристика спортивных игр. Систематика спортивных игр. Терминология. Характеристика волейбола как игрового вида спорта.

Тема 2. Характеристика волейбола как игрового вида спорта (2 ч.)

Общая характеристика спортивных игр. Систематика спортивных игр. Терминология. Характеристика волейбола как игрового вида спорта.

Тема 3. Верхняя и нижняя передачи мяча (2 ч.)

Верхняя и нижняя передачи мяча как основа нападающих действий. Техника верхней и нижней передачи мяча. Верхняя передача мяча: на месте, над собой, в ограниченном пространстве, в парах, в парах после перемещения, в групповых упражнениях, через сетку.

Раздел 6. Характеристика волейбола как игрового вида спорта (10 ч.)

Тема 4. Техника безопасности на занятиях по волейболу (2 ч.)

Техника безопасности на занятиях по волейболу. Основные положения обучения в общеподготовительных и специальных упражнениях в волейболе.

Тема 5. Техника безопасности на занятиях по волейболу (2 ч.)

Техника безопасности на занятиях по волейболу. Основные положения обучения в общеподготовительных и специальных упражнениях в волейболе.

Тема 6. Техника безопасности на занятиях по волейболу (2 ч.)

Техника безопасности на занятиях по волейболу. Основные положения обучения в общеподготовительных и специальных упражнениях в волейболе.

Тема 7. Специфика игровых видов спорта и особенности соревновательной и тренировочной деятельности, техники и тактики (2 ч.)

Структура соревновательной деятельности в волейболе. Факторы, влияющие на результативность и уровень достижений в спортивной игре. Организация и проведение соревнований игровых видов спорта.

Тема 8. Специфика игровых видов спорта и особенности соревновательной и тренировочной деятельности, техники и тактики (2 ч.)

Структура соревновательной деятельности в волейболе. Факторы, влияющие на результативность и уровень достижений в спортивной игре. Организация и проведение соревнований игровых видов спорта.

5.3. Содержание дисциплины: Практические (8 ч.)

Раздел 5. Характеристика волейбола как игрового вида спорта (2 ч.)

Тема 1. Техника безопасности на занятиях по волейболу (2 ч.).

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 (2 ч.).

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 3. Верхняя и нижняя подачи (2 ч.).

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 4. Верхняя и нижняя подачи (2 ч.).

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.

Раздел 6. Характеристика волейбола как игрового вида спорта (10 ч.)

Тема 5. Подача в прыжке (2 ч.)

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 6. Подача в прыжке (2 ч.)

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. Подача в прыжке (2 ч.)

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 8. Освоение нападающего удара (2 ч.)

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. Освоение нападающего удара (2 ч.)

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.

Раздел 7. Техника игры в волейбол (6 ч.)

Тема 10. Освоение нападающего удара (2 ч.)

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 11. Одиночная блокировка нападающего удара (2 ч.)

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 12. Одиночная блокировка нападающего удара (2 ч.)

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.

Раздел 8. Тактика игры в волейбол (8 ч.)

Тема 13. Освоение нападающего удара (2 ч.)

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 14. Комбинации игры в нападении (2 ч.)

Отработка комбинаций в нападении: командные тактические действия (системы игры), групповые тактические действия (тактические комбинации), а также индивидуальные 10 тактические действия при использовании всех технических средств ведения игры.

Тема 15. Комбинации игры в защите (2 ч.)

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 16. Парная блокировка нападающего удара (2 ч.)

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.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы

Шестой семестр (28 ч.)

Раздел 7. Тактика игры в волейбол (14 ч.)

Вид СРС: * Подготовка к сдаче нормативов

1. Передача мяча сверху двумя руками в кругу диаметром 3,5 м. (техника выполнения 20 раз).

Критерии оценки:

19–20 раз – «5»

17–18 раз – «4»

15–16 раз – «3»

менее 15 раз – «2»

2. Прием мяча двумя руками снизу в кругу диаметром 3,5 м (техника выполнения 20 раз).

Критерии оценки:

19–20 раз – «5»

17–18 раз – «4»

15–16 раз – «3»

менее 15 раз – «2»

Раздел 8. Тактика игры в волейбол (14 ч.)

Вид СРС: * Подготовка к сдаче нормативов

1. Чередование передач сверху и снизу двумя руками в кругу диаметром 3,5 м. (техника выполнения 20 раз).

Критерии оценки:

19–20 раз – «5»

17–18 раз – «4»

15–16 раз – «3»

менее 15 раз – «2»

2. Подача в зоны № 1, 5 и 6 по требованию преподавателя (техника и точность выполнения)

Критерии оценки:

5 раз – «5»

3–4 раз – «4»

2–3 раз – «3»

менее 2 раз – «2»

7. Тематика курсовых работ (проектов)

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

8. Оценочные средства по дисциплине

8.1. Компетенции и этапы формирования

Коды компетенций	Этапы формирования		
	Курс, семестр	Форма контроля	Модули (разделы) дисциплины
ОК-8	3 курс, Пятый семестр		Модуль 5: Техника и тактика игры в волейбол.
ПК-2	3 курс, Шестой семестр	Экзамен	Модуль 6: Методика обучения спортивным играм.

8.2. Показатели и критерии оценивания компетенций, шкалы оценивания

Шкала, критерии оценивания и уровень сформированности компетенции			
2 (не зачтено) ниже порогового	3 (зачтено) пороговый	4 (зачтено) базовый	5 (зачтено) повышенный
ОК-8 готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность.			
Не способен Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	В целом успешно, но бессистемно Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	В целом успешно, но с отдельными недочетами Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	Способен в полном объеме Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.

			деятельности.
ПК-2 способность использовать современные методы и технологии обучения и диагностики.			
Не владеет базовыми представлениями базовыми представлениями о современных методах и о современных диагностики.	Не в достаточно владеет прекрасно базовыми представлениями о базовыми представлениями о современных методах и технологиях обучения и диагностики.	Хорошо владеет базовыми представлениями о и современных методах и о технологиях обучения и диагностики.	Прекрасно владеет представлениями о современных методах и технологиях обучения и диагностики

Уровень сформированности компетенции	Шкала оценивания для промежуточной аттестации		Шкала оценивания по БРС
	Экзамен (дифференцированный зачет)	Зачет	
Повышенный	5 (отлично)	зачтено	90 – 100%
Базовый	4 (хорошо)	зачтено	76 – 89%
Пороговый	3 (удовлетворительно)	зачтено	60 – 75%
Ниже порогового	2 (неудовлетворительно)	незачтено	Ниже 60%

8.3. Вопросы промежуточной аттестации

Шестой семестр (Экзамен, ОК-8, ПК-2)

1. Дайте общую характеристику методики обучения техники в спортивных играх. Техника и методика обучения нападающий ударов в волейболе: подводящие упражнения и их последовательность.
2. Дайте определение понятия тактическая подготовка. Расскажите об упражнениях для развития специальной беговой выносливости волейболиста.
3. Как оценивается уровень технико-тактической подготовленности волейболиста. Приведите примеры упражнений для развития общей гибкости волейболиста.
4. Назовите средства и методику обучения приемам мяча снизу двумя и одной рукой. Приведите примеры упражнений для развития общей быстроты волейболиста
5. Назовите средства и методику обучения стойкам и перемещениям. Приведите примеры упражнений для развития общей выносливости.
6. Обоснуйте реализацию принципа доступности и индивидуализации в обучении игры в волейбол. Соотношение ОФП и СФП на разных стадиях в многолетнем процессе подготовки волейболистов.
7. Общая характеристика методики обучения тактике в волейболе. Объясните, какие требования техники безопасности необходимо соблюдать при проведении спортивных игры в помещении и на открытой площадке.
8. Объясните, почему занятия спортивными играми оказывают положительное влияние на развитие внимания, памяти и мышления. Особенности методики проведения урока по спортивным играм в младших классах.
9. Охарактеризуйте роль и значение занятий спортивными играми в профилактике вредных привычек. Расскажите в чем реализация принципа систематичности в обучении спортивным играм.
10. Перечислите общие положения и классификацию техники игры в волейболе. Поддача. Техника и методика обучения: подводящие упражнения и их последовательность.

11. Проанализируйте командные тактические действия в защите при приеме подачи: в линию и уступом.
12. Раскройте понятие о тактике и стратегии волейбола. Назовите цель и задачи тактической подготовки и зависимость тактической подготовки от других видов подготовки.
13. Расскажите о классификации техники игры волейбол в защите без мяча и с мячом. Сформулируйте основное понятие «блокирование».
14. Расскажите о месте и значении технической подготовки в многолетнем процессе подготовки спортсменов по волейболу. Соотношение технической подготовки с другими видами подготовки в зависимости от возраста.
15. Расскажите о правилах соревнований по волейболу: способы блокирования, блок и удары команды, блокирование подачи, ошибки блокирования.
16. Расскажите о составе и размещении команды при проведении соревнований по волейболу. Расскажите о составе судейской бригады и процедуре судейства.
17. Расскажите об основах планирования тренировочной работы. Приведите примеры упражнений для развития общей силы.
18. Расскажите об упражнениях для развития специальной гибкости волейболиста. Раскройте характеристику игры волейбол как вида спорта и средства физического воспитания. Назовите варианты игры в волейбол.
19. Расскажите об упражнениях для развития специальной силовой выносливости волейболиста. Перечислите тактические действия в нападении в волейболе.
20. Расскажите особенности реализации в тренировке по волейболу общих дидактических принципов обучения: сознательности и активности, наглядности, доступности и индивидуализации, систематичности.
21. Расскажите, каким образом происходит управление тренировочным процессом в волейболе. Дайте определение понятия интегральная подготовка
22. Дайте определение понятия тренировочная деятельность.
23. Дайте понятие правильной и неправильной расстановки игроков в волейболе: внутри одной линии и между линиями. Продолжительность (счет) игры по партиям, количество партий.
24. Методика обучения технике верхней прямой подачи в волейболе (ошибки и пути их устранения). Подводящие упражнения и их последовательность. Описать технику передачи волейбольного мяча двумя руками сверху и объяснить последовательность самостоятельного освоения этого технического действия.
25. Назовите средства и методику обучения одиночного (подвижного, неподвижного) и группового блокирования мяча.
26. Объясните, почему (по каким признакам) занятия физическими упражнениями содействуют укреплению здоровья человека. Обоснуйте, на какие системы организма оказывают положительное влияние занятия в волейбол.
27. Перечислите дидактические и специфические принципы обучения. Дайте краткую характеристику специфическим признакам.
28. Перечислите особенности методики обучения технике нападающего удара (этапы, основные задачи, средства и методы). Опишите технику выполнения нападающего удара и последовательность обучения технике этого действия.
29. Перечислите состав судейской коллегии по волейболу. Обязанности судей, выполняющих различные функции. Специальные термины и жесты судей.
30. Проанализируйте групповые тактические действия в защите: блокирование атаки соперника, прием мяча после подачи и нападающего удара, страховку своего атакующего игрока.
31. Проанализируйте групповые тактические действия в нападении при взаимодействии игроков передней линии без изменения направления перемещения.

32. Проанализируйте групповые тактические действия в нападении с изменением направления перемещения: комбинация «Волна» и «Эшелон» и со скрестным перемещением: комбинация «Крест».

33. Проанализируйте индивидуальные тактические действия в защите: выбор места и действия с мячом при приеме мяча (после подачи, нападающего удара и отскока от блока соперника), при блокировании и самостраховке при блокировании.

34. Проанализируйте командные тактические действия в защите при приеме атакующих ударов: в линию, углом вперед и углом назад.

35. Проанализируйте командные тактические действия в нападении: со второй передачи игрока передней линии; со второй передачи игрока, выходящего из тыловых зон в одну из зон атаки; с первой передачи или скидки.

36. Раскройте понятие о тактике и стратегии волейбола. Назовите цель и задачи тактической подготовки и зависимость тактической подготовки от других видов подготовки.

37. Расскажите методику обучения групповым тактическим действиям в нападении в волейболе. Перечислите основные комбинации в нападении. Охарактеризуйте основные нарушения правил во время игры в волейболе.

38. Расскажите о классификации техники игры волейбол в защите без мяча и с мячом. Сформулируйте основное понятие «блокирование».

39. Расскажите о методике обучения групповым тактическим действиям в защите в волейболе. Перечислите несколько тактических действий в защите.

40. Расскажите о периодизации спортивной тренировки в спортивных играх (особенности различных сторон спортивной тренировки в подготовительном, соревновательном и переходном периодах).

41. Расскажите о тактике нападения в волейболе. Действия у сетки. Выбор позиции у сетки в зависимости от позиции противника. Специальные упражнения при обучении выходу к сетке.

42. Расскажите организацию

43. и проведение соревнований по волейболу. Используемые системы проведения соревнований. Шкала наказаний, предусмотренных за неправильное поведение игроков при проведении соревнований.

44. Проанализируйте групповые тактические действия в защите: блокирование атаки соперника, прием мяча после подачи и нападающего удара, страховку своего атакующего игрока.

45. Опишите технику выполнения одиночного и группового блокирования в волейболе и методику обучения блокирования.

8.5. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Промежуточная аттестация проводится в форме экзамена.

Экзамен по дисциплине или ее части имеет цель оценить сформированность общекультурных, профессиональных и специальных компетенций, теоретическую подготовку студента, его способность к творческому мышлению, приобретенные им навыки самостоятельной работы, умение синтезировать полученные знания и применять их при решении практических задач.

9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Основная литература

1. Физическая культура и физическая подготовка : учебник / под ред. И. С. Барчу-

кова, В. Я. Кикоть. – М. : Юнити-Дана, 2012. – 432 с. [Электронный ресурс, Университетская библиотека online, доступ с сайта : <http://www.biblioclub.ru>]

2. Мишенькина, В. Ф. Волейбол. Баскетбол. Гандбол: Организация и проведение соревнований по спортивным играм : учеб. пособие / В. Ф. Мишенькина, Ю. Н. Эртман, Е. Ю. Ковыршина, В. Ф. Кириченко ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2014. – 136 с. <https://www.biblioclub.ru>
e.lanbook.com/book/107586?category=4775

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://www.infosport.ru/press/fkvot> - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка
2. <http://lib.sportedu.ru> - Третий урок физической культуры в общеобразовательной школе
3. <http://www.volley.ru/> – сайт всероссийской федерации волейбола
4. <http://volleybolist.ru/> – сайт о волейболе

11. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины

При освоении материала дисциплины необходимо:

- спланировать и распределить время, необходимое для изучения дисциплины;
- конкретизировать для себя план изучения материала;
- ознакомиться с объемом и характером внеаудиторной самостоятельной работы для полноценного освоения каждой из тем дисциплины.

Сценарий изучения курса:

- проработайте каждую тему по предлагаемому ниже алгоритму действий;
- регулярно выполняйте задания для самостоятельной работы, своевременно отчитывайтесь преподавателю об их выполнении;
- изучив весь материал, проверьте свой уровень усвоения содержания дисциплины и готовность к сдаче зачета/экзамена, выполнив задания и ответив самостоятельно на примерные вопросы для промежуточной аттестации.

Алгоритм работы над каждой темой:

- изучите содержание темы вначале по лекционному материалу, а затем по другим источникам;
- прочитайте дополнительную литературу из списка, предложенного преподавателем;
- выпишите в тетрадь основные понятия и категории по теме, используя лекционный материал или словари, что поможет быстро повторить материал при подготовке к промежуточной аттестации;
- составьте краткий план ответа по каждому вопросу, выносимому на обсуждение на аудиторном занятии;
- повторите определения терминов, относящихся к теме;
- продумайте примеры и иллюстрации к обсуждению вопросов по изучаемой теме;
- подберите цитаты ученых, общественных деятелей, публицистов, уместные с точки зрения обсуждаемой проблемы;
- продумывайте высказывания по темам, предложенным к аудиторным занятиям.

Рекомендации по работе с литературой:

- ознакомьтесь с аннотациями к рекомендованной литературе и определите основной метод изложения материала того или иного источника;

- составьте собственные аннотации к другим источникам, что поможет при подготовке рефератов, текстов речей, при подготовке к промежуточной аттестации;
- выберите те источники, которые наиболее подходят для изучения конкретной темы;
- проработайте содержание источника, сформулируйте собственную точку зрения на проблему с опорой на полученную информацию.

12. Перечень информационных технологий

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе используется программное обеспечение, позволяющее осуществлять поиск, хранение, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители, организацию взаимодействия в реальной и виртуальной образовательной среде.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины студентами фиксируются в информационной системе 1С:Университет.

12.1 Перечень информационно-справочных систем

1. Информационно-справочная система «Электронная библиотека диссертаций Российской государственной библиотеки» <http://diss.rsl.ru>
2. Информационная справочная система «Справочно-правовая система “Консультант+”»: <http://www.consultant.ru>
3. Информационная справочная система «Интернет-версия справочно-правовой системы “Гарант”» (информационно-правовой портал “Гарант.ру”): <http://www.garant.ru>
- 4.

12.2 Перечень современных профессиональных баз данных

1. Профессиональная база данных «Открытые данные Министерства образования и науки РФ» (<http://xn----8sblcdzzacvuc0jbg.xn--80abucjiibhv9a.xn--p1ai/opendata/>)
2. Профессиональная база данных «Портал открытых данных Министерства культуры Российской Федерации» (<http://opendata.mkrf.ru/>)
3. Электронная библиотечная система Znaniy.com (<http://znaniy.com/>)
4. Научная электронная библиотека e-library (<http://www.e-library.ru/>)
- 5.

12.3 Электронные библиотечные системы

1. Электронная библиотека МГПУ (МероПро) (<http://library.mordgpi.ru/MegaPro/Web>);
2. Электронная библиотечная система «Университетская библиотека Онлайн» (<https://biblio-online.ru/>);
3. Электронная библиотечная система «Юрайт» (<https://biblio-online.ru/>).

13. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Наборы демонстрационного оборудования: автоматизированное рабочее место в составе (УМК трибуна, проектор, интерактивный экран, компьютер, документ-камера, гарнитура, лазерная указка), доска маркерная.

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.

Лицензионное программное обеспечение:

– Microsoft Windows 7 Pro – Лицензия № 48751616 от 05.07.2011 г.

– Microsoft Office Professional Plus 2010 – Лицензия № 48751616 от 05.07.2011 г.

– 1С: Университет ПРОФ – Лицензионное соглашение № 10920137 от 23.03.2016 г.

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, курсового проектирования (выполнения курсовых работ).

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Наборы демонстрационного оборудования: автоматизированное рабочее место в составе (компьютер, документ-камера, гарнитура, проектор, интерактивный экран, лазерная указка); автоматизированное рабочее место (12 шт.) в составе (компьютер, гарнитура), маркерная доска.

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.

Лицензионное программное обеспечение:

– Microsoft Windows 7 Pro – Лицензия № 60712595 от 26.07.2012 г.

– Microsoft Office Professional Plus 2010 – Лицензия № 60712595 от 26.07.2012 г.

– 1С: Университет ПРОФ – Лицензионное соглашение № 10920137 от 23.03.2016 г.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Универсальный спортивный зал.

Основное оборудование:

Мячи волейбольные, мячи футзальные, мячи для мини-футбола, мячи футбольные, мячи баскетбольные, мячи гандбольные "Winner", сетка волейбольная KV, стойка волейбольная, антенны волейбольные, карманы для антенн волейбольные, сетка баскетбольная, стойки для прыжков в высоту, планка для прыжков в высоту, стойка для прыжков в высоту с планкой, ядро для толкания 3,5 (жен), ядро для толкания 5,5 (муж).

Стадион с твердым покрытием.

Основное оборудование:

Легкоатлетическое ядро (беговые дорожки, сектора для прыжков в длину, высоту, толкания ядра, яма «стипль-чез»), открытая баскетбольная площадка, открытая волейбольная площадка, футбольное поле стадиона, хоккейный корт, площадка для игры в мини-футбол, теннисный корт, площадка «Воркаут», площадка уличных тренажеров, скалодром, военизированная полоса препятствий, учебно-тренировочная пожарная вышка.

Оснащение аудиторий

1. АРМ Сириус - 1 шт.

2. АРМ-19 (в составе: системный блок, сетевой фильтр, клавиатура, мышь, колонки) - 1 шт.

3. Мяч волейбольный - 6 шт.

4. Мяч волейбольный №5 - 7 шт.
5. Сетка волейбольная KV - 1 шт.
6. Стойка волейбольная - 1 шт.
7. Стойки для прыжк.в высоту - 1 шт.
8. Антенны волейбольные - 2 шт.
9. Карманы для антенн волейб - 2 шт
10. Конус разделительный - 15 шт.