

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

Факультет физической культуры

Кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Наименование дисциплины (модуля): Технологии подготовки волейболистов
различной квалификации

Уровень ОПОП: Бакалавриат

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профиль подготовки: Спортивная тренировка в избранном виде спорта

Форма обучения: Очная

Разработчики:

Иванова Е. Н., старший преподаватель

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 10 от
25.04.2017 года



Зав. кафедрой _____ Якимова Е. А.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры,
протокол № 1 от 31.08.2020 года.



Зав. кафедрой _____ Трескин М.Ю.

1. Цель и задачи изучения дисциплины

Цель изучения дисциплины – обучение студентов вопросам теории и методики тренировки по волейболу, приобретение необходимых навыков и умений для самостоятельной работы преподавателя-тренера по волейболу с игроками высокой квалификации.

Задачи дисциплины:

- формирование у студентов способности обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, проводить профилактику травматизма в волейболе, оказывать первую доврачебную помощь;
- овладение студентами в соответствии с особенностями волейбола техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности;
- формирование индивидуального спортивного мастерства, организаторских и профессионально-прикладных умений и навыков, необходимых для успешной профессиональной деятельности;
- формирование навыков управления командами по волейболу различной квалификации.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина Б1.В.ДВ.09.1 «Технологии подготовки волейболистов различной квалификации» относится к вариативной части учебного плана.

Дисциплина изучается на 4 курсе, в 8 семестре.

Для изучения дисциплины требуется: знания, умения и навыки, полученные в процессе обучения базовых видов спорта.

Изучению дисциплины Б1.В.ДВ.09.1 «Технологии подготовки волейболистов различной квалификации» предшествует освоение дисциплин (практик):

- Б1.Б.21 Психология физической культуры и спорта;
- Б1.Б.25 Теория и методика физической культуры и спорта;
- Б1.В.ДВ.8.3 Профессионально-личностное саморазвитие тренера;
- Б1.В.ДВ.17.3 Психологическое обеспечение подготовки спортсменов.

Освоение дисциплины Б1.В.ДВ.09.1 «Технологии подготовки волейболистов различной квалификации» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

- ФТД.1 Повышение спортивного мастерства;
- Б1.В.ДВ.16.2 Система соревновательной деятельности спортсменов;
- Б1.В.ДВ.1 Элективные курсы по физической культуре;
- Б1.Б.5 Физическая культура и спорт.

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Технологии подготовки волейболистов различной квалификации», включает: образование в сфере физической культуры, спорт, двигательную рекреацию и реабилитацию, пропаганду здорового образа жизни, сферу услуг, туризм, сферу управления, научно-исследовательские работы, исполнительское мастерство.

Освоение дисциплины готовит к работе со следующими объектами профессиональной деятельности:

- лица, вовлеченные в деятельность в сфере физической культуры и спорта, и потенциальные потребители физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг;
- процессы формирования мировоззренческих, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на сохранение и укрепление здоровья, ведение здорового образа жизни, оптимизации психофизического состояния человека, освоения им разнообразных двигательных умений и навыков, и связанных с ними знаний, развития двигательных

способностей и высокой работоспособности;

- учебно-методическая и нормативная документация.

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 компетенций и трудовых функций (профессиональный стандарт Тренер, утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты №193н от 07.04.2014).

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

ОПК-7. способностью обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	
ОПК-7 способность обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	знать: - методы планирования учебно-тренировочного процесса; - нормативно-правовые документы, регламентирующие работу со служебной документацией; - порядок составления отчетной документации тренировочного процесса; - режимы учебно-тренировочного процесса; - правила техники безопасности при проведении занятий по волейболу; - порядок оказания первой доврачебной помощи при различных травмах; уметь: - вести отчетную документацию по тренировочному процессу; - использовать методы календарного планирования; - использовать систему нормативов и методик диагностики физического состояния спортсменов; - проводить мероприятия по профилактике травматизма; владеть: - планировать тренировочный процесс, сборы, соревнования команды волейболистов; - разрабатывать комплексную программу подготовки спортивной команды по волейболу; - разрабатывать индивидуальные тренировочные программы волейболистов; - навыками оказания первой медицинской помощи.

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

ПК-14. способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности	
тренерская деятельность	
ПК-14 способность	знать:

совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности	- объем индивидуальной спортивной подготовки; - предельные тренировочные нагрузки; - психологические особенности с учетом пола, возраста и спортивной квалификации; <i>уметь:</i> - обучать спортсмена приемам и методам тренировок для достижения наивысшего результата; - поддерживать дисциплину, порядок на тренировочных занятиях и во время соревнований; <i>владеть:</i> - методикой подготовки спортсменов различной квалификации.
--	---

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Восьмой семестр
Контактная работа (всего)	36	36
Лабораторные	36	36
Самостоятельная работа (всего)	72	72
Виды промежуточной аттестации		
Зачет		+
Общая трудоемкость часы	108	108
Общая трудоемкость зачетные единицы	3	3

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание модулей дисциплины

Модуль 1. Теоретические основы спортивной подготовки волейболистов:

Вводное занятие. Система подготовки волейболистов. Спортивная ориентация и отбор. Управление тренировочным процессом. Спортивная стратегия и тактика. Соревнования и соревновательная деятельность в волейболе. Модельные характеристики. Принципы построения и проведения соревнований.

Модуль 2. Содержание спортивной подготовки в волейболе:

Тренировка как компонент системы подготовки волейболистов. Техническая подготовка. Техническая подготовка волейболистов-мастеров. Тактическая подготовка волейболистов. Физическая подготовка. Психологическая подготовка. Интегральная подготовка. Научно-исследовательская деятельность в волейболе. Управление развитием волейбола.

5.2. Содержание дисциплины: Лабораторные (40 ч.)

Модуль 1. Теоретические основы спортивной подготовки волейболистов (20 ч.)

Тема 1. Вводное занятие (2 ч.)

1. Введение в предмет.
 2. Модель специалиста-тренера по волейболу
 3. Структура предмета. Программные установки
- Тема 2. Система подготовки волейболистов (2 ч.)

1. Структура системы подготовки волейболистов
2. Цели системы подготовки, прогнозирование, моделирование
3. Целевые нормативы по видам подготовленности

Подготовлено в системе 1С:Университет (000015056)

Тема 3. Спортивная ориентация и отбор (2 ч.)

1. Характеристика ориентации и отбора в волейболе

2. Прогнозирование спортивных достижений в волейболе
 3. Связь отбора с модельными характеристиками в процессе многолетней подготовки
- Тема 4. Управление тренировочным процессом (2 ч.)

1. Планирование (программирование)
2. Комплексный контроль
3. Организационные формы подготовки волейболистов
4. Особенности подготовки волейболистов высших разрядов

Тема 5. Управление тренировочным процессом (2 ч.)

1. Планирование (программирование)
2. Комплексный контроль
3. Организационные формы подготовки волейболистов
4. Особенности подготовки волейболистов высших разрядов

Тема 6. Спортивная стратегия и тактика (2 ч.)

1. Общие вопросы стратегии
2. Роль и значение лидерства
3. Психофизиологические особенности тактического действия
4. Индивидуальные и групповые тактические действия
5. Системы игры

Тема 7. Спортивная стратегия и тактика (2 ч.)

1. Общие вопросы стратегии
2. Роль и значение лидерства
3. Психофизиологические особенности тактического действия
4. Индивидуальные и групповые тактические действия
5. Системы игры

Тема 8. Соревнования и соревновательная деятельность в волейболе (2 ч.)

1. Характеристика соревновательной деятельности
2. Структура соревновательной деятельности в волейболе и факторы, ее

обуславливающие

Тема 9. Модельные характеристики (2 ч.)

1. Модельные характеристики волейболистов высокой квалификации
2. Модельные характеристики соревновательной деятельности
3. Соревнования и соревновательная подготовка

Тема 10. Принципы построения и проведения соревнований (2 ч.)

1. Планирования клубного чемпионата
2. Участие волейболистов в составе национальной команды
3. Переходный период подготовки
4. Учебно-тренировочные сборы
5. Соревновательные микроциклы

Модуль 2. Содержание спортивной подготовки в волейболе (20 ч.)

Тема 11. Тренировка как компонент системы подготовки волейболистов (2 ч.)

1. Тренировка как компонент системы подготовки волейболистов
2. Принципы тренировки волейболистов высокой квалификации
3. Становление спортивного мастерства волейболистов

Тема 12. Техническая подготовка (2 ч.)

1. Свойства мяча и его траектория
2. Характеристика целевой точности
3. Техника передач мяча снизу
4. Техника передач мяча сверху
5. Подача мяча
6. Техника нападающего удара

7. Техника блокирования

Тема 13. Техническая подготовка волейболистов-мастеров (2 ч.)

1. Начальное обучение
2. Совершенствование технического мастерства

Тема 14. Тактическая подготовка волейболистов (2 ч.)

1. Индивидуальные действия на площадке
2. Групповые действия в нападении
3. Командные действия в нападении и защите

Тема 15. Тактическая подготовка волейболистов (2 ч.)

1. Индивидуальные действия на площадке
2. Групповые действия в нападении
3. Командные действия в нападении и защите

Тема 16. Физическая подготовка (2 ч.)

1. Общая и специальная подготовка волейболистов
2. Особенности тренировочного процесса в команде мастеров
3. Тренировочные нагрузки

Тема 17. Психологическая подготовка (2 ч.)

1. Краткая психологическая характеристика волейбола
2. Содержание предсоревновательной психологической подготовки
3. Психологическое изучение команды

Тема 18. Интегральная подготовка (2 ч.)

1. Взаимосвязь физической и технической подготовки
2. Типовые упражнения
3. Единство тактической и технической подготовки

Тема 19. Научно-исследовательская деятельность в волейболе (2 ч.)

1. Виды исследований
2. Сбор информации
3. Тренировочные программы мастеров

Тема 20. Управление развитием волейбола (2 ч.)

1. Управление развитием волейбола на уровне государственных и общественных организаций
2. Управление развитием волейбола на международном уровне

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

6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы

Восьмой семестр (34 ч.)

Модуль 1. Теоретические основы спортивной подготовки волейболистов (34 ч.)

Вид СРС: Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Деадаптации, реадаптации и переадаптации организма к тренировочным нагрузкам

Особенности тренировочной работы в период реакклиматизации

7. Тематика курсовых работ(проектов)

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

8. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

8.1. Компетенции и этапы формирования

Коды компетенций	Этапы формирования		
	Курс, семестр	Форма контроля	Модули (разделы) дисциплины
ОПК-7	4 курс,	Зачет	Модуль 1:

ПК-14	Восьмой семестр		Теоретические основы спортивной подготовки волейболистов.
ПК-14	4 курс, Восьмой семестр	Зачет	Модуль 2: Содержание спортивной подготовки в волейболе.

Сведения об иных дисциплинах, участвующих в формировании данных компетенций:

Компетенция ОПК-7 формируется в процессе изучения дисциплин:

Анатомия человека, Безопасность жизнедеятельности, Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, Легкая атлетика в образовательных учреждениях различного типа, Обеспечение безопасности на учебно-тренировочных занятиях, Подготовка и защита выпускной квалификационной работы, Подготовка и сдача государственного экзамена, Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности, Теоретико-методические основы фитнес-тренировок, Технологии подготовки волейболистов различной квалификации.

Компетенция ПК-14 формируется в процессе изучения дисциплин:

Биомеханика двигательной деятельности, Методика освоения тактических приемов борьбы, Методика освоения технико-тактических действий в боксе, Организация занятий по фитнес-аэробике, Педагогическая практика, Повышение спортивного мастерства, Подготовка и защита выпускной квалификационной работы, Подготовка и сдача государственного экзамена, Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности, Спортивно-педагогический практикум, Спортивное ориентирование как вид спорта, Теория и методика избранного вида спорта, Технологии подготовки волейболистов различной квалификации, Элективные курсы по физической культуре и спорту.

8.2. Показатели и критерии оценивания компетенций, шкалы оценивания

В рамках изучаемой дисциплины студент демонстрирует уровни овладения компетенциями:

Повышенный уровень:

глубоко и прочно усвоил программный материал дисциплины «Технологии подготовки волейболистов различной квалификации», исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе материал монографической литературы, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических работ.

Базовый уровень:

твердо знает материал дисциплины «Технологии подготовки волейболистов различной квалификации», грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос или выполнении заданий, правильно применяет теоретические решения практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.

Пороговый уровень:

владеет знаниями только основного материала по дисциплине «Технологии подготовки волейболистов различной квалификации», но не усвоил его деталей, допускает неточности, демонстрирует не достаточно правильные формулировки, нарушения последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ.

Уровень ниже порогового:

Подготовлено в системе 1С:Университет (000015056)

демонстрирует непонимание проблемы, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы.

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%

Критерии оценки знаний студентов по дисциплине

Оценка	Показатели
Зачтено	Студент знает: основные процессы изучаемой предметной области; закономерности учебно-тренировочного и соревновательного процессов, содержание спортивной тренировки; Демонстрирует умение объяснять взаимосвязь процессов, раскрывает структуру и содержание спортивной подготовки волейболистов. Владеет специальной терминологией, способностью к анализу игровых ситуаций. Ответ логичен и последователен, отличается глубиной и полнотой раскрытия темы, выводы доказательны.
Незачтено	Студент демонстрирует незнание основного содержания дисциплины, обнаруживая существенные пробелы в знаниях учебного материала, допускает принципиальные ошибки в выполнении предлагаемых заданий; затрудняется делать выводы и отвечать на дополнительные вопросы преподавателя.

8.3. Вопросы, задания текущего контроля

Модуль 1: Теоретические основы спортивной подготовки волейболистов

ОПК-7 Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

1. Охарактеризуйте систему проведения контроля в спортивной подготовке волейболистов
2. Перечислите основные правила техники безопасности на занятиях волейболом
3. Расскажите о средствах защиты и профилактики травм волейболистов (защитная экипировка, оборудование, инвентарь)
4. Опишите последовательность оказания первой доврачебной помощи при ушибах в волейболе
5. Раскройте содержание первой доврачебной помощи при растяжениях связок в волейболе

ПК-14 способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности

1. Опишите особенности спортивной тренировки детей в группах начальной подготовки
2. Перечислите критерии спортивного отбора детей в секции по волейболу

Подготовлено в системе 1С:Университет (000015056)

3. Назовите методы и средства общей физической подготовки волейболистов
4. Назовите методы и средства специальной физической подготовки волейболистов
5. Расскажите об этапах формирования спортивного мастерства в волейболе

Модуль 2: Содержание спортивной подготовки в волейболе

ПК-14 способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности

1. Опишите средства и методы формирования индивидуального технического мастерства в волейболе
2. Раскройте особенности содержания годичного цикла тренировки спортсменов-перворазрядников
3. Проанализируйте взаимосвязь физической и технической подготовки волейболистов
4. Раскройте содержание тактической подготовки волейболистов на различных этапах подготовки
5. Законспектируйте план одного микроцикла подготовительного этапа тренировки

8.4. Вопросы промежуточной аттестации

Восьмой семестр (Зачет, ОПК-7, ПК-14)

1. Дайте характеристику волейбола как одного из средств и методов физического воспитания
2. Раскройте сущность, характеристику, основные правила игры в волейбол
3. Опишите достижения советских волейболистов на Олимпийских играх, мировых и европейских первенствах
4. Опишите достижения российских волейболистов последних лет. Изменения в правилах
5. Раскройте правила игры в волейбол, их связь с техникой и тактикой игры
6. Представьте характеристику методов педагогического контроля на занятиях по волейболу
7. Какова взаимосвязь обучения техническим приемам игры в волейбол и развитием двигательных способностей
8. Перечислите факторы, обуславливающие эффективность соревновательной деятельности в волейболе
9. Приведите периодизацию спортивной тренировки в волейболе
10. Раскройте планирование учебно-тренировочного процесса по волейболу на различных этапах подготовки
11. Раскройте виды подготовки волейболистов
12. Опишите виды контроля в волейболе
13. Раскройте методы развития физических качеств
14. Перечислите основные документы планирования тренировочного процесса в волейболе
15. Дайте определение спортивной тренировки в волейболе, ее содержание и структура
16. Охарактеризуйте критерии отбора для занятий волейболом. Раскройте этапы отбора
17. Опишите морфологические особенности и функциональные возможности организма спортсменов, занимающихся волейболом
18. Назовите психологические качества и свойства личности волейболистов
19. Раскройте содержание индивидуальных и групповых действий в нападении и защите в волейболе
20. Опишите круговую тренировку в спортивных играх, методику организации и проведения
21. Расскажите о дозировании физической нагрузки в спортивных играх и её

регулирование

22. Раскройте взаимосвязь физической подготовки с технической и тактической
23. В чем заключается взаимосвязь технической и тактической подготовки
24. Раскройте системы игры в защите, их разновидности, характеристика и методика

обучения

25. Представьте характеристику соревновательной деятельности

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

Процедура промежуточной аттестации в институте регулируется «Положением о зачетно-экзаменационной сессии в ФГБОУ ВПО «Мордовский государственный педагогический институт имени М. Е. Евсевьева» (утверждено на заседании Ученого совета 29.05.2014 г., протокол №14); «Положением о независимом мониторинге качества образования студентов в ФГБОУ ВПО «Мордовский государственный педагогический институт имени М. Е. Евсевьева» (утверждено на заседании Ученого совета 29.05.2014 г., протокол №14), «Положением о фонде оценочных средств дисциплины в ФГБОУ ВПО «Мордовский государственный педагогический институт имени М. Е. Евсевьева» (утверждено на заседании Ученого совета 29.05.2014 г., протокол №14), «Положением о курсовой работе студентов в ФГБОУ ВПО «Мордовский государственный педагогический институт имени М. Е. Евсевьева» (утверждено на заседании Ученого совета 20.10.2014 г., протокол №4).

Промежуточная аттестация проводится в форме (выбрать форму в соответствии с учебным планом) экзамена и (или) зачета, (защиты курсовых работ, отчетов по практике). 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.

Зачет служит формой проверки усвоения учебного материала практических и семинарских занятий, готовности к практической деятельности, успешного выполнения студентами лабораторных и курсовых работ, производственной и учебной практик и выполнения в процессе этих практик всех учебных поручений в соответствии с утвержденной программой.

При балльно-рейтинговом контроле знаний итоговая оценка выставляется с учетом набранной суммы баллов.

Собеседование (устный ответ) на зачете.

Для оценки сформированности компетенции посредством собеседования (устного ответа) студенту предварительно предлагается перечень вопросов или комплексных заданий, предполагающих умение ориентироваться в проблеме, знание теоретического материала, умения применять его в практической профессиональной деятельности, владение навыками и приемами выполнения практических заданий.

При оценке достижений студентов необходимо обращать особое внимание на:

- усвоение программного материала;
- умение излагать программный материал научным языком;
- умение связывать теорию с практикой;
- умение отвечать на видоизмененное задание;

- владение навыками поиска, систематизации необходимых источников литературы по изучаемой проблеме
- умение обосновывать принятые решения
- владение навыками и приемами выполнения практических заданий
- умение подкреплять ответ иллюстративным материалом.

Письменная контрольная работа.

Виды контрольных работ: аудиторные, домашние, текущие, экзаменационные, письменные, графические, практические, фронтальные, индивидуальные. Система заданий письменных контрольных работ должна:

- выявлять знания студентов по определенной дисциплине (разделу дисциплины);
- выявлять понимание сущности изучаемых предметов и явлений, их закономерностей;
- выявлять умение самостоятельно делать выводы и обобщения;
- творчески использовать знания и навыки.

Требования к контрольной работе по тематическому содержанию соответствуют устному ответу.

Также контрольные работы могут включать перечень практических заданий.

9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Основная литература

1. Евсеев, Ю. И. Физическая культура : учеб. пособие для студентов вузов / Ю. И. Евсеев. – Ростов н/Д : Феникс, 2014. – 445 с.
2. Шулятьев, В. М. Волейбол : учеб. пособие / В. М. Шулятьев, В. С. Побыванец. – М. : Российский университет дружбы народов, 2012. – 202 с. [Электронный ресурс, Университетская библиотека online, доступ с сайта : <http://www.biblioclub.ru>]
3. Шулятьев, В. М. Студенческий волейбол : учеб. пособие / В. М. Шулятьев. – М. : Российский университет дружбы народов, 2011. – 196 с. [Электронный ресурс, Университетская библиотека online, доступ с сайта : <http://www.biblioclub.ru>]

Дополнительная литература

1. Айрапетянц, Л. Р. Динамика соревновательных и тренировочных нагрузок высококвалифицированных волейболистов в годичном цикле подготовки : автореф. дисс. ... кан. пед. наук / Леонид Роберович Айрапетянц. – Москва, 1981. – 24 с.
2. Бриль, М. С. Отбор в спортивных играх / М. С. Бриль. – М. : Физкультура и спорт, 1980. – 127 с.
3. Алферов, В. М. Программирование недельного тренировочного микроцикла, обращая внимание на атаку первым темпом : метод. рекомендации / В. М. Алферов. – М. : ВФВ, 2012. – 18 с.
4. Бабакин, В. Н. Физическая подготовка команды высшего уровня в спортивном сезоне с подробным указанием физических способностей: макси-мальная сила, прыжковая способность, скорость перемещения : метод. пособие / В. Н. Бабакин. – М. : ВФВ, 2012. – 31 с.
5. Спортивные игры. Техника, тактика обучения : учебник для студ. высш. пед. учеб. заведений / под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – М. : Академия, 2004. – 520 с.

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. <http://www.volleyball.org> - Сайт по волейболу
2. <http://www.volley.ru> - Всероссийская федерация волейбола
3. <http://www.minsport.gov.ru/> - Министерство спорта Российской Федерации
4. <http://teoriya.ru/ru> - Журнал "Теория и практика физической культуры и спорта"

11. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля)

Подготовлено в системе 1С:Университет (000015056)

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;
- изучив весь материал, выполните итоговый тест, который продемонстрирует готовность к сдаче зачета.

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 категории и персоналии по теме, используя лекционный материал или словари, что поможет быстро повторить материал при подготовке к зачету;
- составьте краткий план ответа по каждому вопросу, выносимому на обсуждение на лабораторном занятии;
- выучите определения терминов, относящихся к теме;
- продумайте примеры и иллюстрации к ответу по изучаемой теме;
- подберите цитаты ученых, общественных деятелей, публицистов, уместные с точки зрения обсуждаемой проблемы;
- продумывайте высказывания по темам, предложенным к лабораторному занятию.

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 на карточках, что поможет при подготовке рефератов, текстов речей, при подготовке к зачету;
- выберите те источники, которые наиболее подходят для изучения конкретной темы.

12. Перечень информационных технологий

Реализация учебной программы должна обеспечиваться доступом каждого студента к информационным ресурсам – институтскому библиотечному фонду и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе необходимо наличие программного обеспечения, позволяющего осуществлять поиск информации в сети Интернет, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители.

12.1 Перечень программного обеспечения (обновление производится по мере появления новых версий программы)

1. Microsoft Windows 7 Pro
2. Microsoft Office Professional Plus 2010
3. 1С: Университет ПРОФ

12.2 Перечень информационных справочных систем (обновление выполняется еженедельно)

1. Информационно-правовая система «ГАРАНТ» (<http://www.garant.ru>)
2. Справочная правовая система «КонсультантПлюс» (<http://www.consultant.ru>)

12.3 Перечень современных профессиональных баз данных

1. Профессиональная база данных «Открытые данные Министерства образования и науки РФ» (<http://xn---8sblcdzzacvuc0jbg.xn--80abucjiibhv9a.xn--p1ai/opendata/>)

Подготовлено в системе 1С:Университет (000015056)

4. Единое окно доступа к образовательным ресурсам (<http://window.edu.ru>)

13. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)

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

Мультимедийный класс № 107.

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Наборы демонстрационного оборудования: автоматизированное рабочее место в составе (системный блок, монитор, клавиатура, мышь, коврик), проектор, интерактивный экран, лазерная указка, доска маркерная.

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.

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

Универсальный спортивный зал № 204.

Основное оборудование:

Мяч волейбольный, мяч волейбольный № 5, мяч футзальный, сетка волейбольная KV, стойка волейбольная, стойки для прыжков в высоту, антенны волейбольные, карманы для антенн волейбольные, конус разделительный, мяч для мини-футбола, мяч футбольный, мяч баскетбольный, мяч гандбольный «Winner», планка для прыжков в высоту, сетка баскетбольная, стойка для прыжков в высоту с планкой, ядро для толкания 3,5 (ж), ядро для толкания 5,5 (м).