

Министерство науки и высшего образования РФ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Б1.О.06 Волейбол

---

наименование дисциплины (модуля) в соответствии с учебным планом

Направление подготовки / специальность

49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

---

Направленность (профиль)

49.03.03.32 Рекреация и активный туризм

---

Форма обучения

очная

---

Год набора

2023

---

Красноярск 2023

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Программу составили \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Доцент, Соболева Наталья Владимировна; Доцент, Соболева Наталья  
Владимировна

\_\_\_\_\_  
должность, инициалы, фамилия

## 1 Цели и задачи изучения дисциплины

### 1.1 Цель преподавания дисциплины

Цель преподавания данной дисциплины – подготовка студентов к решению образовательных, воспитательных и оздоровительных задач физической культуры через использование средств физической культуры с людьми различного возраста и физической подготовленности, а также формирование организаторских и профессионально-прикладных умений и навыков, необходимых для успешной педагогической деятельности педагога по физической культуре и спорту.

### 1.2 Задачи изучения дисциплины

- овладеть системой научно-прикладных знаний и умений в волейболе, необходимых в будущей профессиональной педагогической деятельности;
- изучить теоретико-методические основы обучения волейболу с учетом возраста и подготовленности занимающихся;
- вооружить студентов комплексом знаний, умений и собственного двигательного опыта для успешного овладения и использования волейбола в различных формах физического воспитания;
- освоить методику обучения технике и тактике волейбола, развития физических качеств;
- обучить студентов профессиональной деятельности педагога по физической культуре и спорту на предметной основе волейбола;
- привить студентам навыки судейства, организации и проведения соревнований по волейболу.

### 1.3 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Запланированные результаты обучения по дисциплине
<b>ОПК-1: Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста</b>	
ОПК-1.1: Планирует содержание занятий с учетом положений теории физической культуры и анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся	основные этапы процесса обучения и совершенствования двигательным навыкам в волейболе организовывать и проводить практические занятия по волейболу с различным контингентом занимающихся методикой планирования, организации и проведения практических занятий по волейболу с различным контингентом занимающихся

ОПК-1.2: Разрабатывает документы перспективного, текущего и оперативного планирования на основе утвержденных программ и	методы педагогического контроля и контроля качества обучения применять методы педагогического контроля и контроля качества обучения методикой педагогического контроля и контроля
методик физического воспитания для занимающихся различного пола и возраста	качества обучения
<b>ОПК-2: Способен проводить занятия, физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке</b>	
ОПК-2.1: Определяет цель, задачи и содержание занятий, физкультурно- спортивной направленности и рекреационных мероприятий	приемы общения с занимающимися на занятиях волейболом использовать волейбол как основное средство физической культуры для решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач демонстрировать способность и готовность к реализации физкультурно-рекреационных, оздоровительно-реабилитационных, спортивных, профессионально-прикладных и гигиенических задач
ОПК-2.2: Использует средства, методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	содержание, формы, методы планирования занятий волейболом подбирать и применять на занятиях волейболом адекватные поставленным задачам современные методы и средства по признаку их влияния на организм методикой реализации индивидуального подхода к учащимся
ОПК-2.3: Проводит занятия, физкультурно- спортивной направленности и рекреационные мероприятия.	методику проведения тренировочных занятий по волейболу и особенности проведения рекреационных мероприятий проводить занятия физкультурно-оздоровительной и рекреационной деятельности методикой проведения физкультурно-оздоровительной и рекреационной деятельности
<b>ОПК-3: Способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью</b>	

ОПК-3.1: Применяет средства и методы обучения двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью	методику проведения тренировочных занятий по волейболу в детско-юношеском спорте, спортсменами массовых разрядов и отдыхающими в учреждениях оздоровительной и туристской направленности применять средства и методы обучения ДД на занятиях по волейболу в детско-юношеском спорте, спортсменами массовых разрядов и отдыхающими в учреждениях оздоровительной и туристской
	направленности методикой проведения тренировочных занятий по волейболу в детско-юношеском спорте, спортсменами массовых разрядов и отдыхающими в учреждениях оздоровительной и туристской направленности
ОПК-3.2: Определяет основные двигательные действия, связанные с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью	основы техники двигательных действий для эффективного обучения им анализировать и корректировать технику двигательных действий для эффективного обучения им методикой обучения и совершенствования двигательных действий в волейболе
<b>ОПК-6: Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</b>	
ОПК-6.1: Обеспечивает безопасность занимающихся при проведении занятий	технику безопасности при проведении занятий использовать волейбол как основное средство физической культуры для осуществления профилактики травматизма методикой профилактики травматизма
ОПК-6.2: Выявляет своевременно угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов, организует безопасное пространство, оперативно реагирует на нештатные ситуации и применяет верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности	требования организации рабочего места и спортивного оборудования и инвентарь для безопасного проведения занятий организовывать рабочее место и спортивное оборудование и инвентарь для безопасного проведения занятий техникой безопасности при проведении занятий по волейболу
ОПК-6.3: Оказывает первую доврачебную помощь, правильно использует средства огнезащиты, средства индивидуальной защиты	методику оказания первой доврачебной помощи на занятиях по волейболу планировать и проводить мероприятия по профилактике травматизма и оказания первой медицинской помощи навыками оказания первой доврачебной помощи

#### 1.4 Особенности реализации дисциплины

Язык реализации дисциплины: Русский.

Дисциплина (модуль) реализуется с применением ЭО и ДОТ  
URL-адрес и название электронного обучающего курса: .

## 2. Объем дисциплины (модуля)

Вид учебной работы	Всего, зачетных единиц (акад. час)	е
		1
<b>Контактная работа с преподавателем:</b>	<b>2 (72)</b>	
занятия лекционного типа	0,5 (18)	
практические занятия	1,5 (54)	
<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>	<b>1 (36)</b>	
курсовое проектирование (КП)	Нет	
курсовая работа (КР)	Нет	

### 3 Содержание дисциплины (модуля)

#### 3.1 Разделы дисциплины и виды занятий (тематический план занятий)

		Контактная работа, ак. час.							
№ п/п	Модули, темы (разделы) дисциплины	Занятия лекционного типа		Занятия семинарского типа				Самостоятельная работа, ак. час.	
				Семинары и/или Практические занятия		Лабораторные работы и/или Практикумы			
		Всего	В том числе в ЭИОС	Всего	В том числе в ЭИОС	Всего	В том числе в ЭИОС	Всего	В том числе в ЭИОС
<b>1. Характеристика игры в волейбол</b>									
	1. История возникновения и развития волейбола	4							
	2. Техника волейбола	6							
	3. Обучение подаче			6					
	4. Обучение передачам мяча			6					
	5. Обучение нападающему удару			6					
	6. Обучение блокированию			6					
	7. Совершенствование технических приемов			6					
	8. Тактика волейбола	4							
	9. Обучение тактическим действиям			6					
	10. Игра в защите и нападении			6					
	11. Физическая подготовка волейболистов	4							
	12. Общая и специальная физическая подготовка			2					
	13. Игровые амплуа			2					

14. Сдача контрольных нормативов			4					
15. Изучение теоретического материала и заполнение рабочих тетрадей							36	
<b>2. Правила игры в волейбол</b>								
1. Основные правила и жесты			2					
2. Организация судейства			2					
Всего	18		54				36	

## **4 Учебно-методическое обеспечение дисциплины**

### **4.1 Печатные и электронные издания:**

1. Беляев А. В., Савин М. В. Волейбол: учебник для студ. вузов физической культуры(Москва: ТВТ Дивизион).
2. Марков К.К. Техника современного волейбола: монография(Красноярск: СФУ).
3. Мезенцева Н. В. Методика подготовки волейболисток групп спортивного совершенствования к соревнованиям: монография (Красноярск: СФУ).
4. Стручков В. И. Обучение правилам судейства по волейболу студентов в вузе: учеб. пособие по дисциплине "Физическая культура"(Красноярск: КГПУ).
5. Рыцарев В.В. Волейбол: теория и практика: учебное пособие(Москва: Спорт).
6. Белов А. В., Бирдигулова И. Ю., Утешева Т. В. Применение кругового метода в волейболе: методические указания для преподавателей (Красноярск: ИПК СФУ).
7. Мезенцева Н. В., Стручков В. И. Волейбол. Характеристика и содержание игры: учеб. пособие(Красноярск: КГПУ).
8. Мезенцева Н. В., Стручков В. И. Тренировка и виды подготовки волейболистов: учеб. пособие(Красноярск: КГПУ).
9. Губа В. П., Родин А. В. Волейбол в университете. Теоретическое и учебно-методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе: учебное пособие(Москва: Советский спорт).
10. Мезенцева Н. В., Николаева О. О., Казанкова Е. А., Марков К. К. Технология физкультурно-спортивной деятельности : волейбол: электрон. учеб.-метод. комплекс дисциплины(Красноярск: ИПК СФУ).

### **4.2 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства (программное обеспечение, на которое университет имеет лицензию, а также свободно распространяемое программное обеспечение):**

1. Программное обеспечение необходимое преподавателю и студентам включает в себя: регулярно обновляемый интернет-браузер (MozillaFirefox, GoogleChrome, YandexBrowser, Opera); офисный пакет (Office Professional Plus 2007 Russian OLP NL AE; Windows Vista Starter 32-bit Russian 1pk DSP OEI DVD-2; Adobe Acrobat 8.0 Standard Russian Version Win Full Educ); доступ к электронной библиотеке СФУ.

### **4.3 Интернет-ресурсы, включая профессиональные базы данных и информационные справочные системы:**

1. Электронная библиотека КиберЛенинка [Электронный ресурс]: – Режим доступа: <http://cyberleninka.ru>
2. Библиотека СФУ [Электронный ресурс]: – Режим доступа: <http://bik.sfu-kras.ru>

## **5 Фонд оценочных средств**

Оценочные средства находятся в приложении к рабочим программам дисциплин.

## **6 Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)**

Для осуществления образовательного процесса необходимо: для проведения лекционных занятий – оснащенные проекционной и компьютерной техникой учебные аудитории, позволяющие выступающему демонстрировать слайды в форматах pdf, PowerPoint и других графических форматах на экране с одновременным выступлением перед аудиторией.

Для проведение практических занятий необходим спортивный зал, оснащенный специальным оборудованием и инвентарём (стойки, сетка, мячи волейбольные, набивные, антенны волейбольные, судейская вышка и т.д.)