

**ДЕРЖАВНИЙ ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД  
«УЖГОРОДСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»  
ФАКУЛЬТЕТ ЗДОРОВ'Я ТА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ  
Кафедра фізичного виховання**



“ЗАТВЕРДЖУЮ”

декан факультету здоров'я

та фізичного виховання

Едуард СИВОХОП

30” 06 2023 р.

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**«ВОЛЕЙБОЛ І МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ»**

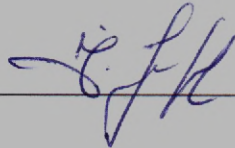
Рівень вищої освіти:	<b>перший (бакалаврський) рівень</b>
Галузь знань:	<b>01 Освіта/Педагогіка</b>
Спеціальність:	<b>017 Фізична культура і спорт</b>
Освітня програма:	<b>Фізична культура і спорт</b>
Статус дисципліни:	<b>обов'язкова</b>
Мова навчання:	<b>українська</b>

Робоча програма «Волейбол і методика викладання» для здобувачів вищої освіти галузі знань 01 – Освіта/педагогіка, спеціальності: 017 Фізична культура і спорт, освітньої програми Фізична культура і спорт.

Розробники: Сущенко І.В., старший викладач кафедри фізичного виховання.

Робочу програму розглянуто та затверджено на засіданні кафедри фізичного виховання. Протокол № 13 від 20 червня 2023 року

Завідувач кафедри ФВ

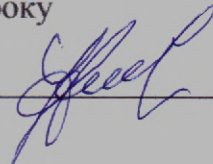


(Іван МАРІОНДА)

Схвалено науково-методичною комісією факультету здоров'я та фізичного виховання

Протокол № 12 від 29 червня 2023 року

Голова науково-методичної комісії



(Фелікс ФЛІАК)

вересень 2023 р.

ДВНЗ «Ужгородський національний університет», червень 2024 р.

## 1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Розподіл годин за навчальним планом	
	Денна форма навчання	Заочна форма навчання
Кількість кредитів: <b>5</b>	Рік підготовки:	
Загальна кількість годин: <b>150</b>	3	3
Кількість модулів – <b>2</b>	Семестр:	
Тижневих годин для денної форми навчання: <b>3</b> аудиторних – <b>74</b> самостійної роботи студента – <b>76</b>	5/6	5/6
	Лекції:	
	4/4	6
	Практичні (семінарські):	
	-	-
Вид підсумкового контролю: залік, екзамен	Лабораторні:	
	40/26	16
Форма підсумкового контролю: <b>письмове тестування</b>	Самостійна робота:	
	46/30	128

## МЕТА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

**Метою вивчення дисципліни «Волейбол і методика викладання» є:** формування у студентів знання історії і сучасного стану розвитку волейболу, основних правил гри, оволодіння технічними прийомами та тактичними діями гри в волейбол, набуття необхідних знання, вмінь і навичок для самостійної педагогічної й організаційної роботи в різних ланках фізкультурно-спортивної діяльності.

Відповідно до освітньої програми, вивчення дисципліни сприяє формуванню у здобувачів вищої освіти таких компетентностей:

### Загальних:

- здатність працювати в команді (ЗК 4);
- здатність планувати та управляти часом (ЗК 5);
- здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово (ЗК 6);
- базові навички використання інформаційних і комунікаційних технологій (ЗК 8);
- навички міжособистісної взаємодії (ЗК 9);
- здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях (ЗК12).

### Професійних:

- здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості (СК1);
- здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях (СК 2);
- здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення (СК 3);
- здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми (СК10);
- здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом (СК11);
- здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар (СК12);
- здатність до безперервного професійного розвитку (СК14).

## 3. ПЕРЕДУМОВИ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Передумовами вивчення навчальної дисципліни «Волейбол і методика викладання» є опанування таких навчальних дисциплін освітньої програми (ОП):

- ОК 2 «Ділова українська мова»;
- ОК 8 «Фізіологічні основи фізичної культури і спорту»;
- ОК 9 «Спортивна медицина і гігієна»;
- ОК 17 «Вступ до спеціальності»;
- ОК 18 «Теорія і методика фізичного виховання»;
- ОК 19 «Фізкультурно-спортивні споруди»;
- ОК 20 «Педагогіка фізичного виховання і спорту»;
- ОК 21 «Психологія фізичного виховання і спорту»;
- ОК 32 «Спортивна спеціалізація з методикою викладання».

#### 4. ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

Відповідно до ОП, вивчення навчальної дисципліни повинно забезпечити досягнення здобувачами вищої освіти таких програмних результатів навчання (ПРН):

- здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем (ПРН 1);
- показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення (ПРН 4);
- засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег (ПРН 5);
- мати базові знання з проведення досліджень проблем фізичної культури і спорту, підготовки та оформлення наукової праці (ПРН 6);
- здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами (ПРН 7);
- здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань (ПРН 8);
- використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості (ПРН 13);
- визначати функціональний стан організму людини та обґрунтовувати вибір засобів профілактики перенапруження систем організму осіб, які займаються фізичною культурою і спортом (ПРН 15);
- аналізувати психічні процеси, стани та властивості людини під час занять фізичною культурою і спортом (ПРН 18);
- використовувати нормативні та правові акти, що регламентують професійну діяльність (ПРН 20);
- застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати (ПРН 21).

#### 5. ЗАСОБИ ДІАГНОСТИКИ ТА КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

##### Засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання

Засобами оцінювання та методами демонстрування результатів навчання з навчальної дисципліни є:

- виконання вправ з фізичної підготовленості;
- тести;
- залік;
- екзамен.

##### Форми контролю та критерії оцінювання результатів навчання

Форми поточного контролю: **виконання контрольних нормативів з фізичної підготовленості.**

Форма модульного контролю: **письмове тестування**

Форма підсумкового семестрового контролю: **залік, екзамен.**

Перевірка та оцінювання знань, умінь і практичних навичок студентів здійснюються за 100-бальною, ECTS та національною шкалами (табл. 5.1).

Таблиця 5.1. Загальна шкала оцінювання: рейтингова, національна та ECTS

СУМА БАЛІВ за 100-бальною шкалою	ОЦІНКА ECTS	ОЦІНКА ЗА НАЦІОНАЛЬНОЮ ШКАЛОЮ	
		екзамен	залік
90-100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
74-81	C		
64-73	D	задовільно	
60-63	E		
35-59	FX	не задовільно з можливістю повторного складання	
1-34	F	не задовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	

Загальна оцінка за один змістовий модуль складається з оцінок за результатами поточного модульного контролю та письмового тестування (табл. 5.2, 5.3).

Таблиця 5.2. Розподіл балів, які отримують здобувачі вищої освіти (модуль 1)

Фізична підготовленість (контрольні нормативи)			Самостійна робота	Модульна контрольна робота	Сума
<b>Контр. норм. - 1</b>	<b>Контр. норм. - 2</b>	<b>Контр. норм. - 3</b>	<b>10</b>	<b>60</b>	<b>100</b>
10	10	10			

Таблиця 5.3. Розподіл балів, які отримують здобувачі вищої освіти (модуль 2)

Фізична підготовленість (контрольні нормативи)			Самостійна робота	Модульна контрольна робота	Сума
<b>Контр. норм. - 4</b>	<b>Контр. норм. - 5</b>	<b>Контр. норм. - 6</b>	<b>10</b>	<b>60</b>	<b>100</b>
10	10	10			

#### Нарахування балів за фізичну підготовленість

№ п/п	Контрольні нормативи	Стать	Оцінка				
			10	8	6	4	2
1	Передача м'яча зверху двома руками	жін.	Без помил ок	1 пом илка	2 пом илки	3 пом илки	4 помил ки
		чол.	Без помил ок	1 пом илка	2 пом илки	3 пом илки	4 помил ки
2	Передача м'яча знизу двома руками.	жін.	Без помил ок	1 пом илка	2 пом илки	3 пом илки	4 помил ки
		чол.	Без помил ок	1 пом илка	2 пом илки	3 пом илки	4 помил ки
3	Нападаючий удар	жін.	Без помил ок	1 пом илка	2 пом илки	3 пом илки	4 помил ки

		чол.	Без помилки	1 помилка	2 помилки	3 помилки	4 помилки
4	Верхня пряма подача	жін.	Без помилки	1 помилка	2 помилки	3 помилки	4 помилки
		чол.	Без помилки	1 помилка	2 помилки	3 помилки	4 помилки
5	Прийом м'яча з подачі	жін. чол.	Без помилки	1 помилка	2 помилки	3 помилки	4 помилки
6	Основні прийоми у волейболі: «Стійка», «Переміщення», «Нападаючий удар», «Блокування», «Нижня пряма подача», «Верхня пряма подача», «Прийом м'яча знизу», «Скидка», «Передача м'яча», «Падіння».	чол. і жін.	За кожне правильне технічне виконання основних прийомів нараховується 1 бал				

### Оцінювання окремих видів навчальної роботи з дисципліни

Вид діяльності здобувача вищої освіти	Модуль 1		Модуль 2	
	Кількість	Максимальна кількість балів (сумарна)	Кількість	Максимальна кількість балів (сумарна)
Лабораторні заняття (допуск, виконання та захист)	40	30	26	30
Самостійна робота (конспекти, активність і т.д.)	3	10	3	10
Модульна контрольна робота	1	60	1	60
<b>Разом</b>		<b>100</b>		<b>100</b>

### Критерії модульного поточного оцінювання

Модульне поточне оцінювання проводиться під час лабораторних занять. Оцінка складається з оцінок за виконання контрольних нормативів з фізичної підготовленості на лабораторних заняттях (1-10 балів за кожен з трьох нормативів). Максимальна оцінка за контрольні нормативи не може перевищувати 30 балів. До цієї оцінки додається оцінка за самостійну роботу (конспекти, активність і т.д.). Максимальна оцінка за модульне поточне оцінювання – 40 балів.

### Критерії оцінювання модульного контрольного тестування

Оцінювання модульного контрольного тестування проводиться за 60 бальною шкалою з використанням тестових завдань. Пропонується 10 варіантів тестів по 10 питань в кожному варіанті. Всього 100 тестових завдань. На кожне питання дається 4 варіанти відповідей, всього 400 варіантів відповідей. Правильними можуть бути від одного до 4 відповідей. Вибрані всі правильні відповіді на одне питання оцінюються в 6 балів. Таким чином максимальна оцінка студента за модульне контрольне тестування - 60 балів. До цієї оцінки додається оцінка за модульне поточне оцінювання від 0 до 40 балів

## Критерії оцінювання підсумкового контролю

**Залік і екзамен** є підсумковими формами контролю. Залік проводиться у формі письмового тестування або усних відповідей на питання екзаменаційного білету за такими критеріями:

Критеріями оцінювання письмового тестування є кількість правильних відповідей за одним з варіантів тестів. В кожному варіанті є 10 тестових завдань з правильними та неправильними відповідями. Правильна відповідь в кожному окрему тесті оцінюється в 10 балів. За допомогою письмового тестування оцінюється ступінь освоєння пройденого матеріалу за рейтинговою оцінкою. Оцінку «зараховано» отримує студент, який набрав суму балів від 60 до 100.

**Екзамен** проводиться за білетами, які затверджуються перед екзаменаційною сесією не пізніше як за місяць до її початку. Питання, які виносяться на екзамен не повинні виходити за межі програми; з ними викладач знайомить студентів на початку семестру. Екзамен проводиться в усній або письмовій формі за рішенням кафедри.

Критерії оцінювання усних відповідей на питання екзаменаційного білету:

Оцінку «**зараховано**» або «**відмінно**» (90-100 балів, **A**) заслуговує студент, який:

- всебічно, систематично і глибоко володіє навчально-програмовим матеріалом;
- вміє самостійно виконувати завдання, передбачені програмою, використовує набуті знання і вміння у нестандартних ситуаціях;
- засвоїв основну і ознайомлений з додатковою літературою, яка рекомендована програмою;
- засвоїв взаємозв'язок основних понять дисципліни та усвідомлює їх значення для професії, яку він набуває;
- вільно висловлює власні думки, самостійно оцінює різноманітні життєві явища і факти, виявляючи особистісну позицію;
- самостійно визначає окремі цілі власної навчальної діяльності, виявив творчі здібності і використовує їх при вивченні навчально-програмового матеріалу, проявив нахил до наукової роботи.

Оцінку «**зараховано**» або «**добре**» (82-89 балів, **B**) – заслуговує студент, який:

- повністю опанував і вільно (самостійно) володіє навчально-програмовим матеріалом, в тому числі застосовує його на практиці, має системні знання в достатньому обсязі відповідно до навчально-програмового матеріалу, аргументовано використовує їх у різних ситуаціях;
- має здатність до самостійного пошуку інформації, а також до аналізу, постановки і розв'язування проблем професійного спрямування;
- під час відповіді допустив деякі неточності, які самостійно виправляє, добирає переконливі аргументи на підтвердження вивченого матеріалу;

Оцінку «**зараховано**» або «**добре**» (74-81 бал, **C**) заслуговує студент, який:

- в загальному роботу виконав, але відповідає на екзамені з певною кількістю помилок;
- вміє порівнювати, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача, в цілому самостійно застосовувати на практиці, контролювати власну діяльність;
- опанував навчально-програмовий матеріал, успішно виконав завдання, передбачені програмою, засвоїв основну літературу, яка рекомендована програмою;

Оцінку «**зараховано**» або «**задовільно**» (64-73 бали, **D**) – заслуговує студент, який:

- знає основний навчально-програмовий матеріал в обсязі, необхідному для подальшого навчання і використання його у майбутній професії;
- виконує завдання непогано, але зі значною кількістю помилок;
- ознайомлений з основною літературою, яка рекомендована програмою;
- допускає на заняттях, чи екзамені помилки при виконанні завдань, але під керівництвом викладача знаходить шляхи їх усунення.

Оцінку «**зараховано**» або «**задовільно**» (60-63 бали, **E**) – заслуговує студент, який:

- володіє основним навчально-програмовим матеріалом в обсязі, необхідному для подальшого навчання і використання його у майбутній професії, а виконання завдань задовольняє мінімальні критерії. Знання мають репродуктивний характер.

Оцінка «не зараховано з можливістю повторного складання» або «не задовільно з можливістю повторного складання» (35-59 балів, FX) – виставляється студенту, який виявив суттєві прогалини в знаннях основного програмового матеріалу, допустив принципові помилки у виконанні передбачених програмою завдань.

Оцінку «не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни» або «не задовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни» (35 балів, F) – виставляється студенту, який:

- володіє навчальним матеріалом тільки на рівні елементарного розпізнавання і відтворення окремих фактів або не володіє зовсім;
- допускає грубі помилки при виконанні завдань, передбачених програмою;
- не може продовжувати навчання і не готовий до професійної діяльності після закінчення університету без повторного вивчення даної дисципліни.

При виставленні оцінки враховуються результати навчальної роботи студента протягом семестру.

## **6. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

### **6.1. Зміст навчальної дисципліни**

#### **Змістовий модуль 1.**

##### **Лекційний курс**

Тема 1. Волейбол у системі фізичного виховання.

Тема 2. Тактика і техніка гри у волейбол.

##### **Практичний курс**

Тема 1. Техніка та методика навчання стійок у волейболі

Тема 2. Техніка та методика навчання переміщення у волейболі.

Тема 3. Методика навчання верхньої прямої подачі.

Тема 4. Техніка та методика навчання нижньої прямої подачі.

Тема 5. Техніка та методика навчання верхньої прямої подачі.

Тема 6. Техніка та методика навчання верхньої прямої подачі у стрибку.

Тема 7. Техніка та методика навчання верхньої передачі двома руками у 2 та 4 зони.

Тема 8. Техніка та методика навчання передачі м'яча.

Тема 9. Техніка та методика навчання нижньої передачі м'яча .

Тема 10. Техніка та методика навчання верхньої передачі м'яча.

Тема 11. Техніка та методика навчання верхньої передачі двома руками у 2 та 4 зони.

Тема 12. Техніка та методика навчання верхньої передачі двома руками у 3 зону.

Тема 13. Техніка та методика навчання верхньої передачі двома руками на 3-х метрову лінію.

Тема 14. Техніка та методика навчання верхньої передачі м'яча двома руками.

Тема 15. Техніка та методика навчання блокування у волейболі.

Тема 16. Техніка та методика навчання одинарного блокування.

Тема 17. Техніка та методика навчання подвійного блокування.

Тема 18. Техніка та методика навчання потрійного блокування

Тема 19. Участь у проведенні змагань.

Тема 20. Зміст, структура, специфіка, складові успішності змагальної діяльності спортсмена.

#### **Змістовий модуль 2.**

##### **Лекційний курс**

Тема 3. Основи спортивної підготовки волейболістів.

Тема 4. Організація та методика проведення урочних форм занять з волейболу. Пляжний волейбол.

## Практичний курс

- Тема 21. Техніка та методика навчання нападаючого удару.  
 Тема 22. Техніка та методика навчання нападаючого удару по зонам  
 Тема 23. Техніка та методика навчання прийому з подачі.  
 Тема 24. Техніка та методика навчання гри в захисті  
 Тема 25. Техніка та методика навчання гри в нападі.  
 Тема 26. Техніка та методика навчання прийому м'яча у 1, 5, 6 зоні.  
 Тема 27. Тактика та методика навчання гри у захисті по зонам.  
 Тема 28. Методика проведення підготовчої частини уроку з волейболу – вивчення.  
 Тема 29. Методика проведення основної частини уроку з волейболу – вивчення.  
 Тема 30. Методика проведення заключної частини уроку з волейболу – вивчення.  
 Тема 31. Організація і методика проведення змагань з волейболу – вивчення.  
 Тема 32. Методика суддівства змагань з волейболу – вивчення.  
 Тема 33. Організація і проведення спортивних змагань з волейболу; регламентація, вікові групи, календар, функції суддів, порядок участі, підведення підсумків.

### 6.2. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	денна форма						заочна форма					
	усьог о	у тому числі					усьог о	у тому числі				
		л	п	лаб	інд	с.р.		л	п	лаб	інд	с.р.
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
<b>Змістовий модуль 1</b>												
<b>Лекційний курс</b>												
Тема 1. Волейбол у системі фізичного виховання.	6	2				4	8	4				4
Тема 2. Тактика і техніка гри у волейбол.	6	2				4	6	2				4
<b>Практичний курс</b>												
Тема 1. Техніка та методика навчання стійок у волейболі	4			2		2	8			2		6
Тема 2. Техніка та методика навчання переміщення у волейболі.	4			2		2	6					6
Тема 3. Методика навчання верхньої прямої подачі.	4			2		2	8			2		6
Тема 4. Техніка та методика навчання нижньої прямої подачі.	4			2		2	8			2		6
Тема 5. Техніка та методика навчання верхньої прямої подачі.	4			2		2	6					6
Тема 6. Техніка та методика навчання верхньої прямої подачі у стрибку.	4			2		2	8			2		6
Тема 7. Техніка та методика навчання верхньої передачі двома руками у 2 та 4 зони.	4			2		2	8					8
Тема 8. Техніка та методика навчання передачі м'яча.	4			2		2	8					8
Тема 9. Техніка та методика	4			2		2	6					6

навчання нижньої прямої подачі.											
Тема 10. Техніка та методика навчання верхньої передачі м'яча.	4		2		2	6					6
Тема 11. Техніка та методика навчання верхньої передачі двома руками у 2 та 4 зони.	4		2		2	6					6
Тема 12. Техніка та методика навчання верхньої передачі двома руками у 3 зону.	4		2		2	8					8
Тема 13. Техніка та методика навчання верхньої передачі двома руками на 3-х метрову лінію.	4		2		2	6					6
Тема 14. Техніка та методика навчання верхньої передачі м'яча двома руками.	4		2		2	8			2		6
Тема 15. Техніка та методика навчання блокування у волейболі.	4		2		2	8			2		6
Тема 16. Техніка та методика навчання одинарного блокування	4		2		2	8			2		6
Тема 17. Техніка та методика навчання подвійного блокування.	4		2		2	6					6
Тема 18. Техніка та методика навчання потрійного блокування.	4		2		2	6					6
Тема 19. Участь у проведенні змагань.	4		2		2	8			2		6
Тема 20. Зміст, структура, специфіка, складові успішності змагальної діяльності спортсмена.	2		2								
<b>Усього годин за I модуль</b>	<b>90</b>	<b>4</b>	<b>40</b>		<b>46</b>	<b>150</b>	<b>6</b>		<b>16</b>		<b>128</b>
<b>Змістовий модуль 2.</b>											
<b>Лекційний курс</b>											
Тема 3. Основи спортивної підготовки волейболістів.	6	2				4					
Тема 4. Організація та методика проведення урочних форм занять з волейболу. Пляжний волейбол.	6	2				2					
<b>Практичний курс</b>											
Тема 21. Техніка та методика навчання нападаючого удару.	4		2		2						
Тема 22. Техніка та методика навчання нападаючого удару по зонам	4		2		2						
Тема 23. Техніка та методика	4		2		2						

навчання прийому з подачі.												
Тема 24. Техніка та методика навчання гри в захисті	4		2		2							
Тема 25. Техніка та методика навчання гри в нападі.	4		2		2							
Тема 26. Техніка та методика навчання прийому м'яча у 1, 5, 6 зоні.	4		2		2							
Тема 27. Тактика та методика навчання гри у захисті по зонам.	2		2		2							
Тема 28. Методика проведення підготовчої частини уроку з волейболу.	4		2		2							
Тема 29. Методика проведення основної частини уроку з волейболу .	4		2		2							
Тема 30. Методика проведення заключної частини уроку з волейболу.	4		2		2							
Тема 31. Організація і методика проведення змагань з волейболу.	4		2		2							
Тема 32. Методика суддівства змагань з волейболу .	4		2		2							
Тема 33. Організація і проведення спортивних змагань з волейболу; регламентація, вікові групи, календар, функції суддів, порядок участі, підведення підсумків.	2		2									
<b>Усього годин за II модуль</b>	<b>60</b>	<b>4</b>	<b>26</b>		<b>30</b>							
<b>Усього годин:</b>	<b>150</b>	<b>8</b>	<b>66</b>		<b>76</b>	<b>150</b>	<b>6</b>		<b>16</b>		<b>128</b>	

### 6.3.Теми лабораторних занять

Номер і назва теми	Кількість годин	
	денне	заочне
<b>Змістовний модуль 1</b>		
Тема 1. Техніка та методика навчання стійок у волейболі.	2	2
Тема 2. Техніка та методика навчання переміщення у волейболі.	2	
Тема 3. Методика навчання верхньої прямої подачі.	2	2
Тема 4. Техніка та методика навчання нижньої прямої подачі.	2	2
Тема 5. Техніка та методика навчання верхньої прямої подачі.	2	
Тема 6. Техніка та методика навчання верхньої прямої подачі у стрибку.	2	2
Тема 7. Техніка та методика навчання верхньої передачі двома руками у 2 та 4 зони.	2	
Тема 8. Техніка та методика навчання передачі м'яча.	2	
Тема 9. Техніка та методика навчання нижньої передачі м'яча .	2	
Тема 10. Техніка та методика навчання верхньої передачі м'яча.	2	

Тема 11. Техніка та методика навчання верхньої передачі двома руками у 2 та 4 зони.	2	
Тема 12. Техніка та методика навчання верхньої передачі двома руками у 3 зону.	2	
Тема 13. Техніка та методика навчання верхньої передачі двома руками на 3-х метрову лінію.	2	
Тема 14. Техніка та методика навчання верхньої передачі м'яча двома руками.	2	2
Тема 15. Техніка та методика навчання блокування у волейболі.	2	2
Тема 16. Техніка та методика навчання одинарного блокування.	2	2
Тема 17. Техніка та методика навчання подвійного блокування.	2	
Тема 18. Техніка та методика навчання потрійного блокування	2	
Тема 19. Участь у проведенні змагань.	2	2
Тема 20. Зміст, структура, специфіка, складові успішності змагальної діяльності спортсмена.	2	
<b>Змістовний модуль 2</b>		
Тема 21. Техніка та методика навчання нападаючого удару.	2	
Тема 22. Техніка та методика навчання нападаючого удару по зонам.	2	
Тема 23. Техніка та методика навчання прийому з подачі.	2	
Тема 24. Техніка та методика навчання гри в захисті	2	
Тема 25. Техніка та методика навчання гри в нападі.	2	
Тема 26. Техніка та методика навчання прийому м'яча у 1, 5, 6 зоні.	2	
Тема 27. Тактика та методика навчання гри у захисті по зонам.	2	
Тема 28. Методика проведення підготовчої частини уроку з волейболу – вивчення.	2	
Тема 29. Методика проведення основної частини уроку з волейболу – вивчення.	2	
Тема 30. Методика проведення заключної частини уроку з волейболу – вивчення.	2	
Тема 31. Організація і методика проведення змагань з волейболу – вивчення.	2	
Тема 32. Методика суддівства змагань з волейболу – вивчення.	2	
Тема 33. Організація і проведення спортивних змагань з волейболу: регламентація, вікові групи, календар, функції суддів, порядок участі, підведення підсумків.	2	
<b>Разом</b>	<b>66</b>	<b>16</b>

#### 6.4. Самостійна робота

Номер і назва теми	Кількість годин	
	денне	заочне
<b>Змістовний модуль 1</b>		
Тема 1. Волейбол у системі фізичного виховання.	4	4
Тема 2. Тактика і техніка гри у волейбол.	4	4
Тема 1. Техніка та методика навчання стійок у волейболі	2	6
Тема 2. Техніка та методика навчання переміщення у волейболі.	2	6
Тема 3. Методика навчання верхньої прямої подачі.	2	6
Тема 4. Техніка та методика навчання нижньої прямої подачі.	2	6
Тема 5. Техніка та методика навчання верхньої прямої подачі.	2	6
Тема 6. Техніка та методика навчання верхньої прямої подачі у стрибку.	2	6
Тема 7. Техніка та методика навчання верхньої передачі двома руками у 2 та	2	8

4 зони.		
Тема 8. Техніка та методика навчання передачі м'яча.	2	8
Тема 9. Техніка та методика навчання нижньої прямої подачі.	2	6
Тема 10. Техніка та методика навчання верхньої передачі м'яча.	2	6
Тема 11. Техніка та методика навчання верхньої передачі двома руками у 2 та 4 зони.	2	6
Тема 12. Техніка та методика навчання верхньої передачі двома руками у 3 зону.	2	8
Тема 13. Техніка та методика навчання верхньої передачі двома руками на 3-х метрову лінію.	2	6
Тема 14. Техніка та методика навчання верхньої передачі м'яча двома руками.	2	6
Тема 15. Техніка та методика навчання блокування у волейболі.	2	6
Тема 16. Техніка та методика навчання одинарного блокування	2	6
Тема 17. Техніка та методика навчання подвійного блокування.	2	6
Тема 18. Техніка та методика навчання потрійного блокування.	2	6
Тема 19. Участь у проведенні змагань.	2	6
Тема 20. Зміст, структура, специфіка, складові успішності змагальної діяльності спортсмена.	2	2
<b>Всього за 1 модуль:</b>	<b>46</b>	<b>128</b>
<b>Змістовний модуль 2</b>		
Тема 3. Основи спортивної підготовки волейболістів.	4	
Тема 4. Організація та методика проведення урочних форм занять з волейболу. Плажний волейбол.	2	
Тема 21. Техніка та методика навчання нападаючого удару.	2	
Тема 22. Техніка та методика навчання нападаючого удару по зонам	2	
Тема 23. Техніка та методика навчання прийому з подачі.	2	
Тема 24. Техніка та методика навчання гри в захисті	2	
Тема 25. Техніка та методика навчання гри в нападі.	2	
Тема 26. Техніка та методика навчання прийому м'яча у 1, 5, 6 зоні.	2	
Тема 27. Тактика та методика навчання гри у захисті по зонам.	2	
Тема 28. Методика проведення підготовчої частини уроку з волейболу.	2	
Тема 29. Методика проведення основної частини уроку з волейболу .	2	
Тема 30. Методика проведення заключної частини уроку з волейболу.	2	
Тема 31. Організація і методика проведення змагань з волейболу.	2	
Тема 32. Методика суддівства змагань з волейболу .	2	
Тема 33. Організація і проведення спортивних змагань з волейболу: регламентація, вікові групи, календар, функції суддів, підведення підсумків.		
<b>Всього за II модуль</b>	<b>30</b>	
<b>Разом</b>	<b>76</b>	<b>128</b>

## **7. ІНСТРУМЕНТИ, ОБЛАДНАННЯ ТА ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ, ВИКОРИСТАННЯ ЯКИХ ПЕРЕДБАЧАЄ НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА**

**Обладнання:** мультимедійне обладнання;

**Програмне забезпечення:** робоча програма; електронні варіанти лекцій, презентації лекційного матеріалу, методичні рекомендації до лабораторних занять та самостійної роботи.

## 8. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

### Основна література

1. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студентів інститутів фізичної культури / Т.Ю. Круцевич. - К. Олімпійська література, 2008. - Т.1.
2. Демчишин А.А., Мозола Р.С., Панишко Ю.М. Підготовка юних волейболістів: Київ, 1982 р.
3. Медвідь М.М., Попов С.М. Волейбол: методика початкового навчання технічним діям гри. Запоріжжя; ЗНУ.
4. Піменов М.П. Волейбол. – К.: Здоров'я, 1975.- 95с.
5. Піменов М.П. Ігрова підготовка волейболістів. – К.:Здоров'я, 1967. – 212с.
6. В.М. Платонов, М.М. Бака, М.М. Булатова. Золоті сторінки олімпійського спорту України. Видавництво «Олімпійська література» НУФВСУ, 2000р.
7. Піменов М.П. Волейбол. Спеціальні вправи. Івано-Франківськ, видавництво «Лілея-НВ», 2000р.
8. Сущенко І.В., Маріонда І.І., Жоффчак Є.С. Методика навчання техніки гри у волейбол. 2013р.
9. Ковцун В.І., Розвиток та контроль спеціальної витривалості у юних волейболістів: Автореф. Дис.. канд. Наук з фізичного виховання і спорту. – Львів. – 2001. – 19с.
10. Ковцун В.І. Оцінка ігрової діяльності юних волейболістів у процесі змагань /В.І.Ковцун, //Сучасні проблеми розвитку теорії та методики спортивних і рухливих ігор : тези 2 Всеукр.наук.-практ. конф. – Львів: ЛДІФК, 1997. – С.45-46.
11. Ковцун В. І. Особливості морфологічних показників і їх взаємозв'язок з рівнем фізичної і технічної підготовленості юних волейболістів 13-18 років / В. І. Ковцун, А. П. Демчишин // Актуальні питання розвитку спортивних і рухливих ігор: сучасний стан та перспективи : зб. наук. пр. – Переяслав-Хмельницький, 2002. – Вип. 3. – С. 88 – 95.

### Допоміжна:

1. Прозар М.В. Теорія і методика викладання спортивних ігор: навчально-методичний посібник [для факульт. фіз. вих. і спорту ВНЗ III-IV рівнів акредитації] / М.В. Прозар, В.В. Слюсарчук, М.В.Зубаль, С.М. Телебей – Кам'янець-Подільський: ТОВ «Друкарня Рута», 2014. –198 с.
2. Теорія і методика фізичного виховання. Підручник [в 2-х томах / за ред. Т. Ю. Круцевич]. – К.: Олімпійська література, 2008. – Т. 1. – 391 с.
3. Фізична культура. Програми для основної та спеціальної медичних груп загальноосвітніх навчальних закладів. 1 – 4 класи / М.Д. Зубалій та ін.-Х.: Ранок, 2006. – 215 с.
4. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів: навч. посібник / Б. М. Шиян. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2001. – Ч.1.- 272 с.

### 14. Інформаційні ресурси в мережі Інтернет

1. Електронні варіанти лекцій (сайт електронного навчання ДВНЗ «УжНУ»);
2. Інтернет-ресурси: <http://zakon.rada.gov.ua/go/z0249-06>;  
<http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/z0497-14>.

**Результати перегляду  
робочої програми навчальної дисципліни**

Робоча програма перезатверджена на 20\_\_ / 20\_\_ н.р. без змін; зі змінами (Додаток \_\_).  
(потрібне підкреслити)  
протокол № \_\_ від «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р. Завідувач кафедри \_\_\_\_\_  
(підпис) (Прізвище ініціали)

Робоча програма перезатверджена на 20\_\_ / 20\_\_ н.р. без змін; зі змінами (Додаток \_\_).  
(потрібне підкреслити)  
протокол № \_\_ від «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р. Завідувач кафедри \_\_\_\_\_  
(підпис) (Прізвище ініціали)

Робоча програма перезатверджена на 20\_\_ / 20\_\_ н.р. без змін; зі змінами (Додаток \_\_).  
(потрібне підкреслити)  
протокол № \_\_ від «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р. Завідувач кафедри \_\_\_\_\_  
(підпис) (Прізвище ініціали)

Робоча програма перезатверджена на 20\_\_ / 20\_\_ н.р. без змін; зі змінами (Додаток \_\_).  
(потрібне підкреслити)  
протокол № \_\_ від «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р. Завідувач кафедри \_\_\_\_\_  
(підпис) (Прізвище ініціали)