

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Курганский государственный университет»
(КГУ)

Кафедра «Физическая культура и спорт»

УТВЕРЖДАЮ:

Первый проректор

Т.Р. Змызгова /



Рабочая программа учебной дисциплины

ФИЗКУЛЬТУРНО – СПОРТИВНОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ
(Волейбол)

образовательной программы высшего образования –
программы бакалавриата

49.03.01 – Физическая культура

Направленность (профиль):

Спортивная тренировка

Форма обучения: заочная

Курган 2021

Рабочая программа дисциплины «Физкультурно–спортивное совершенствование» (Волейбол) составлена в соответствии с учебным планом по программе бакалавриата Физическая культура (Спортивная тренировка), утвержденными:

- для заочной формы обучения «30» августа 2021 года.

Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании кафедры «Физическая культура и спорт» «29» сентября 2021 года, протокол № 2.

Рабочую программу составил
старший преподаватель



Л.А. Артюхова

Согласовано:

Заведующий кафедрой
канд. биол. наук, доцент



Д.А. Корюкин

Специалист по
учебно-методической работе



И.В. Тарасова

1. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

Всего: 39 зачетных единиц трудоемкости (1404 академических часа)

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	На всю дисциплину	Семестр								
		1	2	3	4	5	6	7	8	9
Аудиторные занятия (контактная работа с преподавателем), всего часов в том числе:	56	6	6	6	6	6	6	6	6	8
Практические занятия	56	6	6	6	6	6	6	6	6	8
Самостоятельная работа, всего часов в том числе:	1348	102	210	138	174	138	174	138	174	100
Подготовка к зачету и экзамену	171	18	18	18	18	18	18	18	18	27
Подготовка к курсовой работе	36	-	-	-	-	-	-	-	-	36
Другие виды самостоятельной работы (самостоятельное изучение тем (разделов) дисциплины)	1141	84	192	120	156	120	156	120	156	37
Вид промежуточной аттестации	Зачет, экзамен	Зачет	Зачет	Зачет	Зачет	Зачет	Зачет	Зачет	Зачет	экзамен
Общая трудоемкость дисциплины и трудоемкость по семестрам, часов	1404	108	216	144	180	144	180	144	180	108

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Физкультурно–спортивное совершенствование» (Волейбол) относится к Блоку Б1. Обязательная часть. Дисциплина «Физкультурно–спортивное совершенствование» призвана существенно усилить, подготовку студентов на модели одной из спортивно-педагогических дисциплин (Волейбол), включенных в учебный план, а так же повысить уровень спортивной подготовленности студентов, она направлена на теоретическую, техническую, тактическую подготовку, физическую подготовку в процессе обучения спортивным навыкам.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

Целью освоения дисциплины «Физкультурно–спортивное совершенствование» (Волейбол) является развитие у студентов интереса к спортивным играм, совершенствование технико-тактического мастерства,

интегральная подготовка с учетом характера соревновательной деятельности, приобретение знаний для организации и проведения соревнований.

Задачами освоения дисциплины являются:

1. Овладение понятийным аппаратом в волейболе.
2. Ознакомление и совершенствование техники игры в волейболе.
3. Организация и методика проведения учебных и тренировочных занятий по основным разделам подготовки (теоретическая, техническая, тактическая, физическая подготовка)
4. Ознакомление с правилами соревнований и судейской практикой.
5. Выполнение нормативов по физической и технико-тактической подготовке.

Компетенции, формируемые в результате освоения дисциплины:

Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта (ОПК-13).

Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта (ОПК-4).

В результате изучения дисциплины обучающийся должен:

-**знать:** основы спортивной подготовки в избранном виде спорта (ОПК – 4);

-**уметь:** организовывать участие и судейство спортсменов в избранном виде спорта (ОПК – 4, ОПК-13);

-**владеть:** способностью проводить тренировочные занятия и осуществлять судейства в избранном виде спорта (ОПК – 4, ОПК-13);

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Учебно-тематический план

Заочная форма обучения, 1 семестр

Номер раздела, темы	Наименование раздела, Темы	Количество часов контактной работы с преподавателем
		Практич. занятия
1	Термины, понятия. Безопасность на занятиях. Оборудование и волейболе	1
2	Физическая подготовка в волейболе	2
3	Технико-тактическая подготовка в волейболе	2
4	Практическое судейство соревнований.	1
Всего:		6

Заочная форма обучения, 2 семестр

Номер раздела, темы	Наименование раздела, Темы	Количество часов контактной работы с преподавателем
		Практич. занятия
1	Техническая подготовка в волейболе	2
2	Физическая подготовка в волейболе	1
3	Технико-тактическая подготовка в волейболе	1
4	Практическое судейство соревнований.	2
Всего:		6

Заочная форма обучения, 3 семестр

Номер раздела, темы	Наименование раздела, Темы	Количество часов контактной работы с преподавателем
		Практич. занятия
1	Техническая подготовка в волейболе	2
2	Тактическая подготовка в волейболе	1
3	Технико-тактическая подготовка в волейболе	2
4	Практическое судейство соревнований.	1
Всего:		6

Заочная форма обучения, 4 семестр

Номер раздела, темы	Наименование раздела, Темы	Количество часов контактной работы с преподавателем
		Практич. занятия
1	Техническая подготовка в волейболе	2
2	Техническая подготовка в волейболе	1
3	Технико-тактическая подготовка в волейболе	2
4	Технико-тактическая подготовка в	1

	волейболе	
Всего:		6

Заочная форма обучения, 5 семестр

Номер раздела, темы	Наименование раздела, Темы	Количество часов контактной работы с преподавателем
		Практич. занятия
1	Техническая подготовка в волейболе	2
2	Тактическая подготовка в волейболе	1
3	Технико-тактическая подготовка в волейболе	1
4	Тактическая подготовка в волейболе	2
Всего:		6

Заочная форма обучения, 6 семестр

Номер раздела, темы	Наименование раздела, Темы	Количество часов контактной работы с преподавателем
		Практич. занятия
1	Технико-тактическая подготовка в волейболе	1
2	Практическое судейство соревнований.	2
3	Технико-тактическая подготовка в волейболе	2
4	Практическое судейство соревнований.	1
Всего:		6

Заочная форма обучения, 7 семестр

Номер раздела, темы	Наименование раздела, Темы	Количество часов контактной работы с преподавателем
		Практич. занятия

1	Технико-тактическая подготовка в волейболе	2
2	Технико-тактическая подготовка в волейболе	1
3	Технико-тактическая подготовка в волейболе	1
4	Практическое судейство соревнований.	2
Всего:		6

Заочная форма обучения, 8 семестр

Номер раздела, темы	Наименование раздела, Темы	Количество часов контактной работы с преподавателем
		Практич. занятия
1	Технико-тактическая подготовка в волейболе	2
2	Технико-тактическая подготовка в волейболе	1
3	Технико-тактическая подготовка в волейболе	1
4	Практическое судейство соревнований.	2
Всего:		6

Заочная форма обучения, 9 семестр

Номер раздела, темы	Наименование раздела, Темы	Количество часов контактной работы с преподавателем
		Практич. занятия
1	Технико-тактическая подготовка в волейболе	2

2	Технико-тактическая подготовка в волейболе	2
3	Практическое судейство соревнований.	2
4	Практическое судейство соревнований.	2
Всего:		8

4.2. Практические занятия

Заочная форма, 1 семестр

Номер раздела, темы	Наименование раздела, темы	Наименование практического занятия	Норматив времени, час.
			Заочная форма обучения
1	Теоретическая подготовка.	Термины, понятия. Безопасность на занятиях. Оборудование в волейболе	1
2	Физическая подготовка по волейболу.	Общая физическая и специальная физическая подготовка	2
3	Технико-тактическая подготовка в волейболе	Обучение основам технике игры.	2
4	Практическое судейство соревнований.	Судейство, жесты судей.	1
Всего:			6

Заочная форма, 2 семестр

Номер раздела, темы	Наименование раздела, темы	Наименование практического занятия	Норматив времени, час.
			Заочная форма обучения
1	Техническая подготовка в волейболе	Основные приемы выполнения передач в волейболе	2
2	Физическая подготовка по волейболу.	Общая физическая и специальная физическая подготовка	1

3	Технико-тактическая подготовка в волейболе	Индивидуальные действия в защите и нападении	1
4	Практическое судейство соревнований.	Права и обязанности первого судьи	2
Всего:			6

Заочная форма, 3 семестр

Номер раздела, темы	Наименование раздела, темы	Наименование практического занятия	Норматив времени, час.
			Заочная форма обучения
1	Техническая подготовка в волейболе	Основные приемы выполнения подач в волейболе	2
2	Тактическая подготовка в волейболе	Групповые взаимодействия игроков команды	1
3	Технико-тактическая подготовка в волейболе	Система защиты углом вперед	2
4	Практическое судейство соревнований.	Права и обязанности второго судьи	1
Всего:			6

Заочная форма, 4 семестр

Номер раздела, темы	Наименование раздела, темы	Наименование практического занятия	Норматив времени, час.
			Заочная форма обучения
1	Техническая подготовка в волейболе	Совершенствование техники передач	2
2	Техническая подготовка в волейболе	Совершенствование техники подачи и приема	1

3	Технико-тактическая подготовка в волейболе	Совершенствование нападающего удара в волейболе	2
4	Технико-тактическая подготовка в волейболе	Судейство соревнований.	1
Всего:			6

Заочная форма, 5 семестр

Номер раздела, темы	Наименование раздела, темы	Наименование практического занятия	Норматив времени, час.
			Заочная форма обучения
1	Техническая подготовка в волейболе	Совершенствование одиночного блокирования	2
2	Тактическая подготовка в волейболе	Тактические действия в нападении	1
3	Технико-тактическая подготовка в волейболе	Совершенствование группового блокирования	1
4	Тактическая подготовка в волейболе	Тактические действия в защите	2
Всего:			6

Заочная форма, 6 семестр

Номер раздела, темы	Наименование раздела, темы	Наименование практического занятия	Норматив времени, час.
			Заочная форма обучения
1	Технико-тактическая подготовка в волейболе	Совершенствование передач в движении	1

2	Технико-тактическая подготовка в волейболе	Система защиты углом назад	2
3	Практическое судейство соревнований.	Права и обязанности главного судьи, судей на линии	2
4	Практическое судейство соревнований.	Процедуры замены, перерывов.	1
Всего:			6

Заочная форма, 7 семестр

Номер раздела, темы	Наименование раздела, темы	Наименование практического занятия	Норматив времени, час.
			Заочная форма обучения
1	Технико-тактическая подготовка в волейболе	Совершенствование приемов в волейболе	2
2	Технико-тактическая подготовка в волейболе	Тактика систем защиты	1
3	Технико-тактическая подготовка в волейболе	Индивидуальные действия в защите и нападении	1
4	Практическое судейство соревнований.	Взаимодействия судей соревнований	2
Всего:			6

Заочная форма, 8 семестр

Номер раздела, темы	Наименование раздела, темы	Наименование практического занятия	Норматив времени, час.
			Заочная форма обучения

1	Технико-тактическая подготовка в волейболе	Групповые действия в защите	2
2	Технико-тактическая подготовка в волейболе	Групповые действия в нападении	1
3	Технико-тактическая подготовка в волейболе	Индивидуальная техника приема	1
4	Практическое судейство соревнований.	Взаимодействия судей соревнований	2
Всего:			6

Заочная форма, 9 семестр

Номер раздела, темы	Наименование раздела, темы	Наименование практического занятия	Норматив времени, час.
			Заочная форма обучения
1	Технико-тактическая подготовка в волейболе	Совершенствование передач мяча	2
2	Технико-тактическая подготовка в волейболе	Совершенствование подач и приема мяча	2
3	Практическое судейство соревнований.	Судейство по круговой системе	2
4	Практическое судейство соревнований.	Судейство по олимпийской системе	2
Всего:			8

4.3 Курсовая работа

(для обучающихся заочной формы обучения)

Курсовая работа посвящена теоретическим основам волейбола.

Курсовая работа выполняется студентам обычно в виде рукописи и должна содержать объем до 25-30 страниц и должна иметь:

1. Титульный лист – обычно без нумерации;
2. Оглавление – с указанием рассматриваемых разделов по выбранной теме;
3. Введение – с краткой аннотацией выполняемой работы;
4. Глава 1. Анализ литературных источников по теме исследования с заключением по обзору литературы и практики; с определением актуальности, объекта и предмета исследования, рабочей гипотезы.
5. Глава 2. Задачи, методы и организацию исследования;
6. Глава 3. Результаты исследования и их обсуждение (в виде таблиц и иллюстраций, с описанием полученных экспериментальных данных);
7. Выводы. Отражают решение поставленных задач, а также предположение об подтверждении или опровержении рабочей гипотезы исследования;
8. Практические рекомендации (содержат практические рекомендации и предложения по существу выполненной работы);
9. Список литературы – перечень литературы, используемой для написания текста курсовой работы (учебники, учебники с электронным доступом, дополнительная литература, интернет сайты с их названием и адресом).
10. Завершенная курсовая работа должна быть представлена в переплетенном виде.

Темы к **курсовой работе** (для заочной формы обучения):

1. Важность общей физической подготовки волейболистов.
2. Влияние специальной физической подготовки на волейболистов.
3. Методы развития специальных физических качеств волейболистов.
4. Влияние ежедневных тренировок на спортсменов и повышение уровня игры волейболистов.
5. Средства развития физической подготовки юных спортсменов.
6. Сила, быстрота и выносливость как главные качества успешного волейболиста.
7. Формы проявления быстроты в волейболе и их влияние на спортсменов.
8. Скоростная и игровая выносливость волейболистов.
9. Методика развития точности двигательных функций волейболистов с учетом их индивидуальных
10. способностей.
11. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности
12. Основы управления подготовки юных волейболистов.
13. Теория и методика волейбола.
14. Техничко-тактическая подготовка волейболистов с учетом игрового амплуа (связующий игрок)

15. Техничко-тактическая подготовка волейболистов с учетом игрового амплуа (доигровщик)
16. Анализ техники и методика обучения передач мяча в волейболе их совершенствование.
17. Анализ техники и методика обучения подачам и приему мяча с подачи в волейболе. Подготовительные, подводящие, специальные, игровые и соревновательные упражнения.
18. Анализ техники и методика обучения нападающему удару в волейболе. Подготовительные, подводящие, специальные, игровые и соревновательные упражнения.
19. Сравнительный анализ физической, технической и тактической подготовки игроков различной специализации в волейболе.
20. Волейбол. Анализ тактики игры в нападении на современном этапе. Последовательность в изучении, методика обучения.

5. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

На практических занятиях преподаватель дает задания на овладение технической стороной дисциплины, которую выбрал студент; на развитие физических качеств. Рекомендуется тщательно прорабатывать материал дисциплины при самостоятельной работе.

Выполнение самостоятельной работы подразумевает самостоятельное изучение разделов дисциплины, подготовку к практическим занятиям, подготовку к зачету и экзамену, выполнение курсовой работы (для обучающихся заочной формы обучения).

Рекомендуемая трудоемкость самостоятельной работы представлена в таблице:

Рекомендуемый режим самостоятельной работы

Наименование вида самостоятельной работы	Рекомендуемая трудоемкость, акад. час.								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Самостоятельное изучение тем дисциплины:	84	192	120	156	120	156	120	156	37
Разметка волейбольной площадки, оборудование волейбольной сетки.	4	8	4	6	4	6	4	6	1
Права и обязанности второго судьи.	3	8	4	6	4	6	4	6	1
Правила расстановки игроков на площадке, ошибки в расстановке.	4	8	6	6	4	6	4	6	1
Атаки игроков задней линии.	4	8	4	6	4	6	4	6	1

Очередные замены игроков, процедура замены.	3	8	4	6	4	6	4	6	2
Начало и окончание матча: действия судей, ритуалы, ведение счета и результат игры.	4	8	4	6	4	6	4	6	2
Результат игры: выигрыш партии, встречи.	4	8	4	6	4	6	4	6	2
Правила выполнения подачи.	4	8	4	6	4	6	4	6	1
Правила и обязанности судьи-секретаря, судьи-информатора.	3	8	4	6	4	6	4	6	1
Права и обязанности капитана, тренера команды.	4	8	6	6	6	6	6	6	1
Состав судейской бригады в волейболе, права и обязанности первого судьи.	4	8	6	6	6	6	6	6	2
Касание мяча на блоке, после блока, ошибки блокирующего.	4	8	6	6	6	6	6	6	2
Судейская жестикация.	4	8	6	6	6	6	6	6	2
Либеро: функции, права, ограничения в игре.	3	8	6	6	6	6	6	6	2
Развитие физических качеств	4	10	6	6	6	6	6	6	2
Методика обучения передач мяча	4	10	6	6	6	6	6	6	2
Методика обучения верхней подачи	4	10	7	10	7	10	7	10	2
Методика обучения нижней прямой подачи	4	10	7	10	7	10	7	10	2
Методика обучения нападающему удару	4	10	7	10	7	10	7	10	2
Методика обучения одиночному блокированию	4	10	7	10	7	10	7	10	2
Методика обучения групповому блокированию	4	10	7	10	7	10	7	10	2
Методика обучения силовой подачи	4	10	7	10	7	10	7	10	2
Подготовка к зачету и экзамену	18	18	18	18	18	18	18	18	27
Подготовка к курсовой работе	-	-	-	-	-	-	-	-	36
Всего:	102	210	138	174	138	174	138	174	100

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

6.1. Перечень оценочных средств

1. Вопросы к экзамену, зачету (для заочной формы обучения)
2. Курсовая работа (для заочной формы обучения)

6.2. Процедура оценивания результатов освоения дисциплины

Результаты зачета и экзамена заносятся преподавателем в зачетную ведомость, которая сдается в организационный отдел института в день зачета, а также выставляются в зачетную книжку студента.

Зачет проводится в устной форме. В день сдачи **зачета** студент должен иметь зачетную книжку. На **зачете** предлагаются 20 вопросов, задание содержит по два вопроса. Получив вопросы, студентам отводится время на подготовку к устному ответу не менее 30 минут. По завершению подготовки студенты поочередно в последовательности получения вопросов, отвечают. Преподаватель оценивает в баллах результаты ответов студентами и заносит их в экзаменационную ведомость, которая сдается в организационный отдел института в день сдачи зачета, а также выставляется отметка **о зачете** в зачетную книжку студента.

Экзамен проводится в устной форме. В день сдачи **экзамена** студент должен иметь зачетную книжку. На **экзамене** предлагаются 42 вопроса, задание содержит по два вопроса. Получив вопросы, студентам отводится время на подготовку к устному ответу один астрономический час. По завершению подготовки студенты поочередно в последовательности получения вопросов, отвечают. Преподаватель оценивает в баллах результаты ответов студентами и заносит их в экзаменационную ведомость, которая сдается в организационный отдел института в день сдачи экзамена, а также выставляется отметка полученная на **экзамене** в зачетную книжку студента.

Вопросы к зачету:

1. Разметка волейбольной площадки, оборудование волейбольной сетки.
2. Права и обязанности второго судьи.
3. Правила расстановки игроков на площадке, ошибки в расстановке.
4. Перерывы для отдыха в игре волейбол, необоснованные просьбы об остановке игры.
5. Атаки игроков задней линии.
6. Перенос рук через вертикальную плоскость сетки, касание сетки.
7. Ошибки при переходе средней линии, касание площадки команды-соперника.
8. Ошибки при касании мяча, одновременное касание двумя игроками.
9. Очередные замены игроков, процедура замены.
10. Начало и окончание матча: действия судей, ритуалы, ведение счета и результат игры.
11. Результат игры: выигрыш партии, встречи.
12. Правила выполнения подачи.
13. Правила и обязанности судьи-секретаря, судьи-информатора.
14. Права и обязанности капитана, тренера команды.
15. Состав судейской бригады в волейболе, права и обязанности первого судьи.
16. Судьи на линии: обязанности, жестикация.

17. Наказание за неправильное поведение.
18. Касание мяча на блоке, после блока, ошибки блокирующего.
19. Судейская жестикуляция.
20. Либеро: функции, права, ограничения в игре.

Вопросы к экзамену по изучаемой дисциплине:

1. Разметка волейбольной площадки, оборудование волейбольной сетки.
2. Права и обязанности второго судьи и судьи секретаря волейбольной встречи.
3. Тактика защиты «углом вперед» и «углом назад» в волейболе.
4. Правила расстановки игроков на площадке, ошибки в расстановке, фиксация нарушений.
5. Тактика подачи в волейболе.
6. Перерывы для отдыха в игре волейбол, необоснованные просьбы об остановке игры.
7. Перенос рук через вертикальную плоскость сетки, касание сетки.
8. Тактика нападения со второй передачи игрока передней линии.
9. Ошибки при переходе средней линии, касание площадки команды-соперника.
10. Функции игроков в команде, комплектование команд (с учетом функций игроков).
11. Ошибки при касании мяча, одновременное касание двумя игроками.
12. Очередные замены игроков, процедура замены, замещение либеро.
13. Результат игры: выигрыш партии, встречи.
14. Правила выполнения подачи, нарушение правил.
15. История зарождения (создания) игры волейбол.
16. Права и обязанности капитана, тренера команды.
17. Наивысшие достижения отечественных сборных команд по волейболу на международной арене.
18. Вынужденные замены при травмах и удалении игроков.
19. Состав судейской бригады в волейболе, права и обязанности первого судьи.
20. Судьи на линии: обязанности, жестикуляция.
21. Наказание за неправильное поведение.
22. Тактика первых передач.
23. Касание мяча на блоке, после блока, ошибки блокирующего.
24. Анализ техники стоек и перемещений волейболиста, основные ошибки.
25. Анализ техники передачи мяча 2-мя руками сверху, основные ошибки.
26. Анализ техники нижней передачи мяча, основные ошибки.
27. Анализ техники верхней подачи мяча, основные ошибки.
28. Анализ техники нижней боковой подачи мяча, основные ошибки.
29. Анализ техники нижней подачи мяча, основные ошибки.
30. Анализ техники прямого нападающего удара по ходу, основные ошибки.

31. Анализ техники нападающего удара с переводом, основные ошибки.
32. Командные тактические действия в нападении со 2-ой передачи игрока передней линии.
33. Анализ техники одиночного блокирования, основные ошибки.
34. Анализ техники группового блокирования, основные ошибки.
35. Психологическая подготовка волейболистов.
36. Развитие силы у волейболистов.
37. Развитие ловкости у волейболистов.
38. Развитие прыгучести у волейболистов.
39. Развитие выносливости у волейболистов.
40. Развитие быстроты у волейболистов.
41. Комплектование команды и функции игроков.
42. Судейская жестикация.

6.5. Фонд оценочных средств

Полный банк заданий промежуточной аттестации по дисциплине, показатели, критерии, шкалы оценивания компетенций, методические материалы, определяющие процедуры оценивания образовательных результатов, приведены в учебно-методическом комплексе дисциплины.

7. ОСНОВНАЯ И ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ УЧЕБНАЯ ЛИТЕРАТУРА

7.1. Основная учебная литература

1. Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование [Электронный ресурс]: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю. Д. Железняк, В. А. Кашкаров, И. П. Кравцевич; Под ред. Ю. Д. Железняк. - М.: Издательский центр «Академия», 2002. - 384 с.
2. Якимов А. М. Основы тренерского мастерства [Электронный ресурс]: Учебно-методическое пособие / Якимов А. М., - 2-е изд. - М.: Спорт, 2015. - 176 с. - Доступ из ЭБС «znanium.com»
3. Марков, К. К. Техника современного волейбола [Электронный ресурс]: монография / К. К. Марков. - Красноярск : Сиб. федер. ун-т, 2013. - 220 с. - Доступ из ЭБС «znanium.com»

7.2. Дополнительная учебная литература

1. Подготовка спортсменов XXI века [Электронный ресурс]: научные основы и построение тренировки: Пособие / Иссурин В. Б. - М.: Спорт, 2016. - 464 с. - Доступ из ЭБС «znanium.com»
2. Фомин Е. В. Былыкина Л. В. Волейбол. Начальное обучение [Электронный ресурс]: Учебное пособие / Фомин Е. А., Былыкина Л. В. - М.: Спорт, 2015. - 88 с. - Доступ из ЭБС «znanium.com»
3. Рыцарев В. В. Волейбол: теория и практика [Электронный ресурс]: Учебник для высших учебных заведений физической культуры и спорта / Рыцарева В. В. - М.: Спорт, 2016. - 456 с. - Доступ из ЭБС «znanium.com»

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

1. Волейбол [Электронный ресурс]: Учебник для ин-тов физ.культ./Под ред.Ю.Н.Клещева, А.Г.Айраянцаю-3-е изд.-М. : Физкультура и спорт,1985.- 270 с.
2. Михайлова Т.В. Дневник спортсмена [Электронный ресурс]: Методическое пособие / Михайлова Т.В., Губа В.П. - М.:Спорт, 2017. - 78 с. - Доступ из ЭБС «znanium.com»
3. Бомпа Т. Периодизация спортивной тренировки [Электронный ресурс]: Общее / Бомпа Т. - М.: Спорт, 2016. - 384 с. - Доступ из ЭБС «znanium.com»
4. Иорданская Ф.А. Функциональная подготовленность волейболистов: диагностика, механизмы адаптации, коррекция симптомов дизадаптации [Электронный ресурс]: Пособие / Иорданская Ф.А. - М.:Спорт, 2016. - 176 с. - Доступ из ЭБС «znanium.com»

9. РЕСУРСЫ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

dist.kgsu.ru - Система поддержки учебного процесса КГУ
Высшее образование в России: Научно-педагогический журнал. <http://www.vovr.ru>
Единое окно доступа к образовательным ресурсам. <http://window.edu.ru>
Научный портал "ТЕОРИЯ.РУ". <http://teoriya.ru>
4. Научная электронная библиотека. <http://elibrary.ru>
<http://bmsi.ru/doc> Методика обучения навыкам игры в волейбол
<https://otherreferats.allbest.ru> Методика обучения приёму и подаче мяча в волейболе
<http://zakazat.by/biblioteka> Методика обучения техническим приемам в волейболе
<https://infopedia.su/3x7504.html> Методика обучения технике нападающего удара в волейболе

10. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ, ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ

1. ЭБС «Лань»
2. ЭБС «Консультант студент»
3. ЭБС «Znanium.com»
4. «Гарант» - справочно-правовая система

11. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Материально-техническое обеспечение по реализации дисциплины осуществляется в соответствии с требованиями ФГОС ВО по данной образовательной программе.

12. ДЛЯ СТУДЕНТОВ, ОБУЧАЮЩИХСЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ДИСТАНЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ.

При использовании электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (далее ЭО и ДОТ) занятия полностью или частично проводятся в режиме онлайн. Объем дисциплины и распределение нагрузки по видам работ соответствует п. 4.1. Распределение баллов соответствует п. 6.2 либо может быть изменено в соответствии с решением кафедры, в случае перехода на ЭО и ДОТ в процессе обучения. Решение кафедры об используемых технологиях и системе оценивания достижений обучающихся принимается с учетом мнения ведущего преподавателя и доводится до сведения обучающихся.

Аннотация к рабочей программе дисциплины

**«Физкультурно- спортивное совершенствование»
(Волейбол)**

образовательной программы высшего образования –
программы бакалавриата

49.03.01 – Физическая культура

Направленность(профиль):

Спортивная тренировка

Трудоемкость дисциплины: 39 з.е (1404 академических часа).

Семестр: 1,2,3,4,5,6,7,8,9 (заочная форма обучения).

Форма промежуточной аттестации: зачет, экзамен.

Содержание дисциплины

Теоретическая подготовка. Термины, понятия. Безопасность на занятиях. Оборудование в волейболе. Физическая подготовка по спортивным играм. Техническая подготовка по волейболу. Техничко-тактическая подготовка по волейболу. Интегральная подготовка по волейболу. Практическое судейство на занятиях Выполнение функций членов судейской бригады по волейболу.