

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Владимирский государственный университет  
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»  
(ВлГУ)

Институт физической культуры и спорта



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**ПОВЫШЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МАСТЕРСТВА (МИНИ-ВОЛЕЙБОЛ)**

**направление подготовки**

**49.03.01 Физическая культура**

---

(код и наименование направления подготовки (специальности))

**направленность (профиль) подготовки**

**Спортивный менеджмент**

---

(направленность (профиль) подготовки)

г. Владимир

2022 год

## 1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

**Цель** освоения дисциплины Повышение профессионального мастерства (мини-волейбол) - изучение студентами основ техники и тактики мини-волейбола, овладение навыками организации и судейства соревнований, освоение методики проведения занятий по мини-волейболу с различными категориями населения.

### Задачи курса:

- изучить историю возникновения и развития игры, правила игры и судейства соревнований по мини-волейболу;
- сформировать у студентов основы техники и тактики мини-волейбола; навыки организации, проведения и судейства соревнований по мини-волейболу;
- способствовать формированию должного уровня физической подготовленности, необходимого в мини-волейболе.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина Повышение профессионального мастерства (мини-волейбол) относится к части, формируемой участниками образовательных отношений.

## 3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

Формируемые компетенции (код, содержание компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине, в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства
	Индикатор достижения компетенции (код, содержание индикатора)	Результаты обучения по дисциплине	
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<p>УК-7.1. Знает виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни.</p> <p>УК-7.2. Умеет применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа жизни.</p> <p>УК-7.3. Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического</p>	<p>Знает виды физических упражнений по мини-волейболу, правила соревнований по мини-волейболу.</p> <p>Умеет применять на практике разнообразные средства по мини-волейболу для сохранения и укрепления здоровья, использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа жизни.</p> <p>Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования в процессе занятий мини-</p>	<p>Тесты</p> <p>Отчеты по организации и проведению соревнований по мини-волейболу</p> <p>Протоколы соревнований</p> <p>Итоговые таблицы соревнований по мини-волейболу</p> <p>Положения о соревнованиях по мини-волейболу</p> <p>Календари игр</p>

	самосовершенствования.	волейболом; навыками организации, проведения и судейства соревнований по мини-волейболу.	
ПК-5. Способен к организации деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы	<p>ПК-5.1. Знает основные правила и технические приемы создания информационно-рекламных материалов о возможностях и содержании дополнительных общеобразовательных программ на бумажных и электронных носителях; принципы и приемы представления дополнительной общеобразовательной программы.</p> <p>ПК-5.2. Умеет проводить отбор обучающихся в объединения спортивной направленности (для преподавания по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта).</p> <p>ПК-5.3. Владеет способами осуществления деятельности, соответствующей дополнительной общеобразовательной программе.</p>	<p>Знает основные правила и технические приемы создания информационно-рекламных материалов о возможностях и содержании дополнительных общеобразовательных программ по мини-волейболу на бумажных и электронных носителях; принципы и приемы представления дополнительной общеобразовательной программы по мини-волейболу.</p> <p>Умеет проводить отбор обучающихся в объединения спортивной направленности (для преподавания по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта).</p> <p>Владеет способами осуществления деятельности, соответствующей дополнительной общеобразовательной программе по мини-волейболу.</p>	<p>Тесты</p> <p>Проекты информационно-рекламных материалов о возможностях и содержании дополнительной общеобразовательной программы</p> <p>Проекты дополнительных общеобразовательных программ по мини-волейболу</p>

## 4. ОБЪЕМ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

### Тематический план

#### форма обучения – очная

Трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единицы, 108 час.

№ п/п	Наименование тем и/или разделов/тем дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Контактная работа обучающихся с педагогическим работником				Самостоятельная работа	Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	в форме практической подготовки		
1	История возникновения и развития мини-волейбола.	2	1-2		4			8	
2	Правила игры в мини-волейбол, техника безопасности на занятиях по мини-волейболу.	2	3-4		4		2	8	
3	Физическая подготовка спортсмена в мини-волейболе.	2	5-6		4		2	8	Рейтинг-контроль 1
4	Основные технические приемы игры мини-волейбол.	2	7-8		4		2	8	
5	Тактика игры в защите и нападении в мини-волейболе.	2	9-10		4			8	
6	Методика планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по мини-волейболу.	2	11-12		4		2	8	Рейтинг-контроль 2
7	Организация и проведение соревнований по мини-волейболу, судейство соревнований.	2	13-14		4		2	8	
8	Методика обучения основным техническим приемам игры мини-волейбол.	2	15-16		4		2	8	
9	Особенности организации занятий по мини-волейболу с лицами разного возраста.	2	17-18		4		2	8	Рейтинг-контроль 3
Всего за <u>2</u> семестр: 108					36			72	зачет
Наличие в дисциплине КП/КР									нет
Итого по дисциплине 108					36			72	зачет

## Тематический план

форма обучения – заочная

Трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единицы, 72 час.

№ п/п	Наименование тем и/или разделов/тем дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Контактная работа обучающихся с педагогическим работником				Самостоятельная работа	Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	в форме практической подготовки		
1	История возникновения и развития мини-волейбола.	2	1-2	1				3	
2	Правила игры в мини-волейбол, техника безопасности на занятиях по мини-волейболу.	2	3-4	1			1	5	
3	Физическая подготовка спортсмена в мини-волейболе.	2	5-6					6	Рейтинг-контроль 1
4	Основные технические приемы игры мини-волейбол.	2	7-8			1	1	9	
5	Тактика игры в защите и нападении в мини-волейболе.	2	9-10					6	
6	Методика планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по мини-волейболу.	2	11-12					10	Рейтинг-контроль 2
7	Организация и проведение соревнований по мини-волейболу, судейство соревнований.	2	13-14			1	1	11	
8	Методика обучения основным техническим приемам игры мини-волейбол.	2	15-16					10	
9	Особенности организации занятий по мини-волейболу с лицами разного возраста.	2	17-18					8	Рейтинг-контроль 3
Всего за <u>2</u> семестр:				2		2		68	зачет
Наличие в дисциплине КП/КР									нет
Итого по дисциплине				2		2		68	зачет

**Тематический план  
форма обучения – заочная на базе СПО**

Трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единицы, 108 час.

№ п/п	Наименование тем и/или разделов/тем дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Контактная работа обучающихся с педагогическим работником				Самостоятельная работа	Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	в форме практической подготовки		
1	История возникновения и развития мини-волейбола.	2	1-2	1				6	
2	Правила игры в мини-волейбол, техника безопасности на занятиях по мини-волейболу.	2	3-4	1			1	10	
3	Физическая подготовка спортсмена в мини-волейболе.	2	5-6					10	Рейтинг-контроль 1
4	Основные технические приемы игры мини-волейбол.	2	7-8			1	1	13	
5	Тактика игры в защите и нападении в мини-волейболе.	2	9-10					13	
6	Методика планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по мини-волейболу.	2	11-12					13	Рейтинг-контроль 2
7	Организация и проведение соревнований по мини-волейболу, судейство соревнований.	2	13-14			1	1	13	
8	Методика обучения основным техническим приемам игры мини-волейбол.	2	15-16					13	
9	Особенности организации занятий по мини-волейболу с лицами разного возраста.	2	17-18					13	Рейтинг-контроль 3
Всего за <u>2</u> семестр:				2		2		104	зачет
Наличие в дисциплине КП/КР									нет
Итого по дисциплине				2		2		104	зачет

## **Содержание лекционных занятий по дисциплине**

Тема 1. История возникновения и развития мини-волейбола.

Содержание. Возникновение мини-волейбола в Японии. Основатель игры Х. Коджима. Развитие игры мини-волейбол в Японии. Всеяпонская ассоциация по мини-волейболу. Развитие мини-волейбола в России и мире. Современное состояние игры в Японии и в мире. Перспективы развития.

Тема 2. Правила игры в мини-волейбол, техника безопасности на занятиях по мини-волейболу.

Содержание. Официальные правила игры по мини-волейболу Всеяпонской ассоциации мини-волейбола, принципиальные отличия правил соревнований по мини-волейболу от правил соревнований по классическому волейболу. Площадка для игры в мини-волейбол, размеры. Оборудование и инвентарь. Официальный мяч для игры Всеяпонской ассоциации по мини-волейболу. Судейство соревнований по мини-волейболу. Состав судейской бригады, обязанности судей.

Тема 3. Физическая подготовка спортсмена в мини-волейболе.

Содержание.

Понятие о физической подготовке спортсмена. Общая физическая подготовка. Специальная физическая подготовка. Кондиционные физические качества. Специальные физические качества волейболиста. Особенности физической подготовки в мини-волейболе. Разработка комплексов упражнений для развития основных физических качеств волейболиста (быстрота, прыгучесть, специальная выносливость).

Тема 4. Основные технические приемы игры мини-волейбол.

Содержание. Понятие о технике в спортивных играх. Основные технические приемы игры в волейболе (стойки, перемещения, приемы мяча, передачи мяча, подачи, нападающие удары, блокирование). Техника нападения. Техника защиты. Особенности технических приемов в мини-волейболе.

Тема 5. Тактика игры в защите и нападении в мини-волейболе.

Содержание. Понятие о тактике в волейболе. Тактические системы игры в нападении. Тактика защиты. Страховка и самостраховка. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите.

Тема 6. Методика планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по мини-волейболу.

Содержание. Планирование учебно-тренировочных занятий по мини-волейболу. Особенности проведения учебно-тренировочных занятий по мини-волейболу с занимающимися разного пола и возраста, уровня тренированности.

Тема 7. Организация и проведение соревнований по мини-волейболу, судейство соревнований.

Содержание. Виды соревнований в спортивных играх. Календарь соревнований. Положение о соревнованиях. Системы розыгрыша (круговая, с выбыванием, смешанная). Организация и проведение заседания судейской коллегии. Номинации в соревнованиях по мини-волейболу (микст возрастные группы до 250, свыше 250 и др.).

Тема 8. Методика обучения основным техническим приемам игры мини-волейбол.

Содержание. Особенности обучения основным техническим приемам игры волейбол. Использование тренажеров и вспомогательного оборудования в учебно-тренировочном процессе по волейболу. Значение имитационных упражнений при обучении техническим приемам игры в мини-волейболе.

Тема 9. Особенности организации занятий по мини-волейболу с лицами разного возраста.

Содержание. Особенности организации и проведения учебно-тренировочных и оздоровительных занятий по мини-волейболу с детьми дошкольного и школьного возраста. Мини-волейбол в вузах. Особенности организации работы по мини-волейболу с лицами среднего и старшего возраста, с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

## **Содержание практических (лабораторных) занятий по дисциплине**

Тема 1. История возникновения и развития мини-волейбола.

Содержание. Знакомство с площадкой для игры в мини-волейбол (размеры, ограничительные линии), стойки, сетка. Официальный мяч Всеяпонской Ассоциации по мини-волейболу. ОФП, обучение основным техническим приемам игры (прием и передача мяча двумя руками).

Тема 2. Правила игры в мини-волейбол, техника безопасности на занятиях по мини-волейболу.

Содержание. Отличия правил игры в мини-волейбол от правил классического волейбола. Правила безопасности на занятиях мини-волейболом. Обеспечение безопасности при проведении занятий по мини-волейболу. Профилактика травматизма на занятиях по мини-волейболу. ОФП, дальнейшее обучение основным техническим приемам игры (подачи, виды подач, прием мяча с подачи). Учебная игра.

Тема 3. Физическая подготовка спортсмена в мини-волейболе.

Содержание. Составление комплексов упражнений по ОФП и специальной физической подготовке (СФП) волейболиста. Проведение практических занятий по ОФП и СФП с использованием игровых заданий, имитационных упражнений, различного спортивного оборудования и инвентаря с предварительной проверкой его качества и соответствия проводимому занятию. Дальнейшее обучение основным техническим приемам игры. Учебная игра.

Тема 4. Основные технические приемы игры мини-волейбол.

Содержание. Дальнейшее обучение основным техническим приемам игры (приемы и передачи мяча сверху и снизу двумя руками и одной рукой, верхняя прямая подача, подача в прыжке, прямой нападающий удар, блокирование, страховка). Учебная игра. Основы судейства.

Тема 5. Тактика игры в защите и нападении в мини-волейболе.

Содержание. Особенности тактики игры в мини-волейболе. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите. Дальнейшее обучение и совершенствование технических приемов игры мини-волейбол. Учебная игра с применением простейших тактических схем. Судейство соревнований. Выполнение обязанностей судей на линии, секретаря.

Тема 6. Методика планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по мини-волейболу.

Содержание. Основные документы планирования учебно-тренировочных занятий по мини-волейболу. Терминология, запись упражнений. Составление конспекта урока, проведение части урока, урока в целом. Дальнейшее обучение и совершенствование технических приемов игры мини-волейбол. Учебная игра. Судейство соревнований. Выполнение обязанностей судей.

Тема 7. Организация и проведение соревнований по мини-волейболу, судейство соревнований.

Содержание. Выполнение обязанностей судей. Проведение жеребьевки. Составление расписания игр. Составление заявки на участие в соревнованиях. Итоговая таблица. Подведение результатов соревнований. Рассмотрение апелляций. Отчет главного судьи. Учебная игра. Судейская практика.

Тема 8. Методика обучения основным техническим приемам игры мини-волейбол.

Содержание. Дальнейшее обучение и совершенствование основных технических приемов игры мини-волейбол. Организация и проведение первенства группы по круговой системе. Судейская практика.

Тема 9. Особенности организации занятий по мини-волейболу с лицами разного возраста.



Содержание. Понятие об анатомо-физиологических особенностях детей разного возраста, лиц среднего и старшего возраста. Возрастные группы в соревнованиях по мини-волейболу и номинации. Организация и проведение первенства группы по системе с выбыванием. Судейская практика.

## **5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ**

### **5.1. Текущий контроль успеваемости**

#### **Рейтинг-контроль 1**

##### **Тест № 1**

**1. Главнейшее из условий проведения соревнований по мини – волейболу?**

1. их четкая организация
2. наличие места проведения соревнований
3. подготовка спортсменов

**2. Под чьим руководством должны находиться участники соревнований?**

1. Тренеров
2. Судей
3. Инструкторов (тренеров) как штатных, так и нештатных (в том числе на общественных началах) и их помощников – общественного актива.

**3. Регламентируется ли правилами любое соревнование, в том числе и по мини - волейболу, за соблюдением которых следят специальные лица, например, спортивные судьи?**

1. Да;
2. Нет

**4. От чего зависит популяризация и развитие мини - волейбола?**

1. от качества судейства матчей волейбольными арбитрами
2. от мастерства игроков, квалификаций тренеров
3. подготовленности самих соревнований их организаторами

**5. Квалификация судьи определяется?**

1. уровнем спортивного мастерства;
2. опытом работы судьей;
3. уровнем его теоретической и практической подготовленностью

**6. В судейский состав входит?**

1. врач, главный судья, один боковой судья, второй судья
2. главный судья, второй судья, четыре боковых судьи
3. секретарь, врач, второй судья, четыре боковых судьи

**7. Входит ли в обязанности главного судьи проверить инвентарь и площадку до матча?**

1. да;
2. нет;
3. по желанию

**8. Расположение игроков до начала матча?**

1. в центре площадки
2. в верхних правых углах
3. в верхних левых углах
4. в правом верхнем и нижнем левом углах

**9. Очко зарабатывается?**

1. только ударом
2. только сбросом
3. только с подачи
4. все перечисленные

**10. Продемонстрируйте жесты судьи на линии в разных ситуациях.**

## Тест № 2

**1. Какие судьи могут претендовать на то, что они по достоинству смогут справиться с главной своей миссией-судейством?**

1. высококвалифицированные и регулярно судящие соревнования
2. прошедшие учебно - методический курс по судейской деятельности
3. не имеющие большого опыта в судействе, но не раз принимавшие участие по просьбе

**2. Кто должен заботиться о повышении уровня игры, и отвечать тем требованиям, которые предъявляют к ним зрители?**

1. И тренеры, и игроки, и судьи
2. Только судьи
3. Только игроки

**3. Какие качества арбитра не остаются в стороне, а в прямую должны служить его росту как спортивного судьи?**

1. Физические качества
2. Личные качества
3. Внутренние качества

**4. Каждый судья при подготовке к участию в судействе соревнований должен изучить в полном объеме?**

1. технические и тактические действия игроков
2. историю возникновения
3. официальные правила мини-волейбола со всеми дополнениями и изменениями по их применению

**5. Какому судье нужно уметь вести протокол матча?**

1. первому
2. секретарю
3. судье на линии
4. всем

**6. Какой из судей должен брать на игру свисток, форму, штрафные карточки?**

1. секретарь
2. первый судья
3. судья на линии

**7. Для проведения волейбольного матча, в основном, в состав, как принято называть, судейской бригадой, согласно «официальных правил мини-волейбола» входит?**

1. первый судья и второй судья
2. первый судья и 4 судьи на линии
3. первый судья, секретарь, 2 судьи на линии

**8. Может ли меняться, в зависимости от ранга соревнований (от низовых коллективов до международных) количественно общий состав лиц, задействованных для проведения одного матча**

1. может
2. не может
3. не знаю

**9. Каким важным фактором является подготовка судьи к судейству соревнований:**

1. физическая и морально-психологическая подготовленность.
2. регулярное занятие физкультурой
3. Волевой собранности и выдержки

**10. Для чего судье следует готовить себя и к роли воспитателя?**

1. Он должен быть образцом дисциплины для всех участников соревнований
2. Он должен уметь авторитетно себя преподнести участникам соревнований
3. Просто для себя

Тест №3

**1. Размеры площадки составляют?**

1. 12x9 м
2. 9x6 м
3. 9x9 м
4. 7x5 м

**2. Высота сетки составляет?**

1. 1 м 55 см
2. 1 м 90 см.
3. 1 м 60 см
4. 1 м 35 см

**3. Состав команды?**

1. 4 человека и представитель команды
2. 5 человек и представитель команды
3. 6 человек и представитель команды
4. 7 человек и представитель команды

**4. Кто отвечает за слова и поступки команды?**

1. тренер
2. вся команда
3. игрок, нарушивший правила
4. капитан команды

**5. К какому из судей нужно обращаться чтобы взять право на замену игрока или минутный перерыв.**

1. первому судье
2. второму судье
3. судье на линии
4. судье секретарю

**6. Могут ли зрители быть оштрафованы?**

1. да
2. нет

**7. В какое время матча тренер может давать указания?**

1. в любое время
2. только во время тайм-аута
3. в перерыве между сетами

**8. Предупреждение показывается какой карточкой?**

1. жёлтой
2. красной
3. жёлтой и красной

**9. Удаление с поля показывается?**

1. жёлтой карточкой
2. красной карточкой
3. жёлтой и красной

**10. В каком месте тренер может давать указания**

1. в любом месте
2. только на площадке
3. только за пределами площадки.

**10. Продемонстрируйте жесты, используемые в случае замены игрока и взятие перерыва.**

Тест №4

**1. Сколько из членов команды обмениваются приветствиями?**

1. только капитан команды
2. все игроки и представитель команды
3. только игроки

**2. Как должны произвести переход игроки при смене площадок?**

1. под сеткой
2. по часовой стрелке
3. против часовой стрелки

**3. Сколько сетов играют в японском мини-волейболе**

1. из трёх
2. из пяти
3. из двух

**4. Какими частями тела можно осуществлять касание по мячу во время игры?**

1. только руками
2. всеми частями тела выше пояса
3. всеми частями тела ниже пояса
4. все варианты ответов

**5. Сколько касаний можно осуществить после блока**

1. одно
2. два
3. три

**6. Сколько можно брать перерывов за сет?**

1. три
2. один
3. два

**7. Сколько можно производить замен за сет?**

1. одну
2. две
3. неограниченное количество

**8. Возможна ли замена главного судьи во время игры?**

1. возможно только вторым судьей
2. нет не возможно
3. только секретарем

**9. Какой из членов судейской коллегии должен подать сигнал о заступе средней линии?**

1. первый судья
2. второй судья
3. судьи на линии
4. судья секретарь

**10. Может ли судья на линии остановить игру?**

1. нет
2. может
3. может только если первый и второй судья не видели сигнала о нарушении правил

**10. Продемонстрируйте жесты, обозначающие разрешение на подачу и мяч в ауте.**

### Рейтинг-контроль 2

Подготовка и написание реферата. Оформление реферата проводится в соответствии с методическими рекомендациями.

#### Тематика рефератов:

1. Мини-волейбол по-японски: история возникновения и развития игры.
2. Развитие мини-волейбола в России, современное состояние.
3. Специфические функции мини-волейбола (образовательная, прикладная, спортивная, рекреативная, оздоровительно-реабилитационная).
4. Неспецифические функции мини-волейбола (интеллектуальная, нормативная, интернациональная др.).
5. Оборудование и инвентарь для проведения занятий и соревнований по мини-волейболу.
6. Физическая подготовка при занятиях мини-волейболом.
7. Санитарно-гигиенические требования при проведении занятий по мини-волейболу.
8. Методы педагогического контроля и самоконтроля на занятиях мини-волейболом.
9. Правила соревнований по мини-волейболу.
10. Положение о соревнованиях и заявка. Судейская. Способы проведения соревнований по мини-волейболу.
11. Классификация техники мини-волейбола.

### Рейтинг-контроль 3

Оценивается уровень технической подготовленности занимающихся по следующим тестам, также студент должен пройти судейскую практику.

№ п.п.	Тесты	Оценка		
		Удовлетворительно	Хорошо	Отлично
1.	Верхняя передача мяча одной, двумя руками над собой в кругу диаметром 3,6 метра (количество раз).	8	12	16
2.	Нижняя передача мяча одной, двумя руками над собой в кругу диаметром 3,6 метра (количество раз).	6	9	12
3.	Верхняя передача мяча одной, двумя руками над собой в чередовании с передачей партнеру (на расстояние 2-4 метров) (количество раз).	8	9	10
4.	Верхняя передача мяча одной, двумя руками из зоны 2 для нападающего удара в зону 3 (при первой передаче из зоны 1) - (количество раз из 5 попыток).	3	4	5
5.	Верхняя прямая подача на точность в левую или правую половину площадки по заданию - (количество раз из 5 попыток).	3	4	5
6.	Прямой нападающий удар из зоны 3 при передаче из зоны 2 – (количество раз из 5 попыток).	3	4	5

### Судейская практика

Выполнение обязанностей первого и второго судьи, судей на линии, секретаря: участие в судействе учебных и учебно-тренировочных игр, в текущих соревнованиях.

#### 5.2. Промежуточная аттестация по итогам освоения дисциплины (зачет)

Требования к зачету:

- выполнить все задания текущего контроля (рейтинг-контроль 1, 2, 3);
- выполнить следующие задания.

Задания:

1. Составить Положение о соревнованиях по мини-волейболу (первенство курса, института, вуза, города, области).
2. Составить Календарь игр соревнований по мини-волейболу при круговой системе розыгрыша (для разного количества команд).
3. Составить Календарь игр соревнований по мини-волейболу при олимпийской системе розыгрыша (для разного количества команд).
4. Составить Итоговую таблицу соревнований по мини-волейболу при смешанной системе розыгрыша.
5. Составить Заявку на участие в соревнованиях по мини-волейболу.
6. Составить апелляцию.
7. Организовать и провести жеребьевку.
8. Составить Инструкцию по технике безопасности для занимающихся мини-волейболом.

#### 5.3. Самостоятельная работа обучающегося.

Самостоятельная работа студентов проводится в виде подготовки и написания реферата по выбранной теме. Оформление реферата в соответствии с методическими рекомендациями.

Темы рефератов:

1. Методика обучения стойкам и перемещениям.
2. Методика обучения передаче мяча сверху и снизу одной, двумя руками.
3. Методика обучения подачам мяча.
4. Методика обучения нападающим ударам.
5. Методика обучения приему мяча.
6. Методика обучения блокированию.
7. Методика обучения тактическим действиям в нападении.
8. Методика обучения тактическим действиям в защите.
9. Особенности проведения занятий с детьми дошкольного возраста.
10. Особенности проведения занятий со школьниками.
11. Особенности проведения занятий с детьми с ограничениями в состоянии здоровья.
12. Особенности проведения занятий с людьми пожилого и старшего возраста.

Фонд оценочных материалов (ФОМ) для проведения аттестации уровня сформированности компетенций обучающихся по дисциплине оформляется отдельным документом.

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 6.1. Книгообеспеченность

Наименование литературы: автор, название, вид издания, издательство	Год издания	КНИГООБЕСПЕЧЕННОСТЬ
		Наличие в электронном каталоге ЭБС
1	2	3
Основная литература		
1. Рыцарев, В.В. Волейбол: теория и практика. [Электронный ресурс]: Учебник для высших учебных заведений физической культуры и спорта / под общей редакцией В.В. Рыцарева. - М.: Спорт, 2016. - ISBN9785990673472.html	2016	<a href="http://www.studentlibrary.ru/book/">http://www.studentlibrary.ru/book/</a>
2. Губа В.П., Волейбол: основы подготовки, тренировки, судейства Учебное пособие [Электронный ресурс] / Губа В.П. Булыкина Л.В., Пустошило П.В. - М.: Спорт, 2019. - 192 с. - ISBN 978-5-9500184-1-1	2019	<a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785950018411.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785950018411.html</a>
3. Волейбол. Начальное обучение Библиография Волейбол. Начальное обучение [Электронный ресурс] / Фомин Е.В., Булыкина Л.В. - М.: Спорт, 2015. - (Спорт в школе). – Авторы Фомин Е.В., Булыкина Л.В.).	2015	<a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785990657823.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785990657823.html</a>
4. Коротаяева Е.Ю. Развитие физических качеств и функциональных возможностей средствами волейбола Учебное пособие [Электронный ресурс] / Коротаяева Е.Ю. - М.: Проспект, 2017. - 48 с. - ISBN 978-5-392-21781-6 -	2017	<a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785392217816.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785392217816.html</a>
Дополнительная литература		
1. Марков, К. К. Техника современного волейбола [Электронный ресурс]: монография / К. К. Марков. - Красноярск: Сиб. федер. ун-т, 2013. - 220 с. - ISBN 978-5-7638-2841-2	2013	<a href="http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=492800#none">http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=492800#none</a>
2. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта волейбол. [Электронный ресурс] / - М.: Спорт, 2016. - 23 с. ISBN9785906839008.html	2016	<a href="http://www.studentlibrary.ru/book/">http://www.studentlibrary.ru/book/</a>
3. Третьякова, Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры: учебное пособие [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Н.В. Третьякова, Т.В. Андрюхина, Е.В. Кетриш. — Электрон. дан. — М.: Спорт, 2016. — 280 с.	2016	<a href="https://e.lanbook.com/book/73814">https://e.lanbook.com/book/73814</a> .

### 6.2. Периодические издания

1. Теория и практика физической культуры
2. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка
3. Культура физическая и здоровье
4. Лечебная физкультура и спортивная медицина
5. Адаптивная физическая культура
6. Вестник спортивной науки

### 6.3. Интернет-ресурсы

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО): документы и методические материалы. - <http://www.gto.ru/document>.  
<http://lesgaft-univer.ru>  
<http://japan-minivolley.ru> – сайт Всеяпонской ассоциации мини-волейбола,  
<http://www.volley.ru/> - официальный сайт Всероссийской федерации волейбола,  
<http://vladimircatalog.ru/firm/profile/7455> - официальный сайт Федерации волейбола Владимирской области.

## 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для реализации данной дисциплины имеются специальные помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий практического типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы.

Практические работы проводятся в специализированном игровом спортивном зале (202-3с), имеющем необходимое оборудование и инвентарь (три игровые площадки, стойки для сетки, сетки, мячи, вспомогательное оборудование и инвентарь).

Перечень используемого лицензионного программного обеспечения:

Операционная система семейства Microsoft Windows Open License: 61248656

Пакет офисных программ Microsoft Office Microsoft Open License: 62857078

Visual Studio professional: MSDN подписка, Договор № 259/15-44 АЭФ

Mathcad 14.0 M011 (14.0.1.286 [709051735]) лицензия: PKG-7518-FN

Kaspersky Endpoint Security для бизнеса Стандарт Educational Номер лицензии: 1356-150910-100039.



Рабочую программу составила Гладышева А.М., преподаватель каф. ТМБОФК Гладышева  
(ФИО, должность, подпись)

Рецензент (представитель работодателя) Алиев Н.С., тренер МФУ, инструктор по спортивной гимнастике им. Н.П. Толстого  
(место работы, должность, ФИО, подпись)

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТМБОФК  
Протокол № 1 от 30.08.2011 года  
Заведующий кафедрой Тамбовских Г.Е.  
(ФИО, подпись)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии направления 49.03.01  
Протокол № 1 от 30.08.2011 года  
Председатель комиссии Тамбовских Г.Е.  
(ФИО, должность, подпись)

