

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)



УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по ОД

А.А.Панфилов

« 03 » 09 \_\_\_\_\_ 2018 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА МОДУЛЯ**

**«МИНИ-ВОЛЕЙБОЛ»**

Направление подготовки 49.03.01 «Физическая культура»

Профиль подготовки спортивный менеджмент

Уровень высшего образования - бакалавриат

Форма обучения очная

Семестр	Трудоем- кость зач. ед./час.	Лекции, час.	Практич. занятия, час.	Лаборат. работы, час.	СРС, час.	Форма промежуточного контроля (экз./зачет)
7	3 зет/108 час.	-	18	-	90	Зачет
<b>Итого</b>	<b>3 зет/108 час.</b>	<b>-</b>	<b>18</b>	<b>-</b>	<b>90</b>	<b>зачет</b>

Владимир 2018

## 1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ МОДУЛЯ

Цель освоения модуля - изучение студентами основ техники и тактики японского мини-волейбола, овладение навыками организации и судейства соревнований, освоение методики проведения занятий по мини-волейболу с различными категориями населения.

### Задачи курса:

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

## 2. МЕСТО МОДУЛЯ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Модуль «Мини-волейбол» составная часть дисциплины «Профессионально-физкультурное совершенствование». Дисциплина «Профессионально-физкультурное совершенствование» является дисциплиной вариативной части Блока 1. Для освоения данного модуля необходимы знания, умения и компетенции, полученные обучающимися по дисциплинам: «Теория и методика обучения базовым видам спорта», модуль «Спортивные игры»; «Теория и методика избранного вида спорта», «Теория и методика физической культуры», «Физическая культура», модуль «Волейбол» и др.

## 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ МОДУЛЯ

В результате освоения модуля студент должен демонстрировать следующие результаты образования:

- **знать** - методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8);
- **уметь** - организовать занятия и соревнования по мини-волейболу с различным контингентом населения; работать в коллективе, толерантно воспринимать социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия (ОК-8);
- **владеть** – основами техники и тактики игры мини-волейбол, навыками организации соревнований по мини-волейболу, способностью к самоорганизации и самообразованию (ОК-8).

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ МОДУЛЯ

Общая трудоемкость модуля составляет 3 зачетные единицы, 108 час.

№ п/п	Раздел (тема) модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)					Объем учебной работы, с применением интерактивных методов (в часах / %)	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра), форма промежуточной аттестации и (по семестрам)	
				Лекции	Практические занятия	Лаборатории	Контрольные работы	СРС			КП / КР
1	История возникновения и развития игры в Японии и в России.	7	1		2			10		2/100	
2	Правила игры в мини-волейбол, техника безопасности на занятиях по мини-волейболу	7	2-3		2			10		2/100	
3	Физическая подготовка волейболиста	7	4-5		2			10			
4	Основные технические приемы игры	7	6-9		2			10		2/100	рейтинг-контроль 1
5	Тактика игры в защите и нападении	7	10-11		2			10		2/100	
6	Методика планирования и проведения учебно-тренировочных занятий	7	12-13		2			10			
7	Организация и проведение соревнований, судейство соревнований	7	14-15		2			10		2/100	рейтинг-контроль 2
8	Методика обучения основным техническим приемам игры	7	16-17		2			10			рейтинг-контроль 3
9	Особенности организации занятий по мини-волейболу с лицами разного возраста	7	18		2			10			
Всего					18			90		10/55,6	зачет

## **5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ**

При реализации различных видов учебной работы в целях формирования и развития профессиональных навыков обучающихся, предусматривается использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий (компьютерных программ, ролевых игр, разбор педагогических, игровых, соревновательных ситуаций в сочетании с внеаудиторной работой).

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

### **Тематика рефератов для текущего контроля**

#### **рейтинг-контроль 1**

1. Мини-волейбол по-японски: история возникновения и развития игры. Развитие мини-волейбола в России, в т.ч. Сахалинской области.
2. Специфические функции мини-волейбола (образовательная, прикладная, спортивная, рекреативная, оздоровительно-реабилитационная).
3. Неспецифические функции мини-волейбола (интеллектуальная, нормативная, интернациональная др.).
4. Оборудование и инвентарь для проведения занятий и соревнований по мини-волейболу.
5. Классификация техники мини-волейбола.

#### **рейтинг-контроль 2**

6. Методика обучения стойкам и перемещениям.
7. Методика обучения передаче мяча сверху и снизу одной, двумя руками.
8. Методика обучения подачам мяча.
9. Методика обучения нападающим ударам.
10. Методика обучения приему мяча.
11. Методика обучения блокированию.
12. Методика обучения тактическим действиям в нападении.
13. Методика обучения тактическим действиям в защите.
14. Физическая подготовка при занятиях мини-волейболом.

### рейтинг-контроль 3

15. Санитарно-гигиенические требования при проведении занятий по мини-волейболу.

16. Методы педагогического контроля и самоконтроля на занятиях мини-волейболом.

17. Особенности поведения занятий с детьми дошкольного возраста, школьниками, детьми с ограничениями здоровья.

18. Особенности поведения занятий с людьми пожилого и старшего возраста, инвалидами.

19. Правила соревнований по мини-волейболу.

20. Положение о соревнованиях и заявка. Судейская. Способы проведения соревнований по мини-волейболу.

### Промежуточная аттестация

#### Практические задания к зачету:

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

*Примечание:*

Прием нормативов по технической и тактической подготовке осуществляется индивидуально, по мере усвоения обучающимися навыков игры. Итоговая оценка уровня

овладения техникой дается преподавателем на основании результатов выполнения предусмотренных нормативов в конце курса обучения.

Последовательная фиксация данных выполнения этих нормативов осуществляется в учебном журнале группы.

### Судейская практика

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

### Самостоятельная работа студентов

Работа с первоисточниками: конспектирование, реферирование. Наблюдение на уроках, соревнованиях и обобщение полученных данных. Изучение и обсуждение документов планирования, учета, протоколов соревнований. Просмотр и анализ наглядных пособий, фото- и видеоматериалов. Подготовка докладов, сообщений. Использование полученных результатов в курсовых и дипломных работах. Составление комплексов упражнений для разучивания, закрепления, и совершенствования техники игры, развития специальных физических качеств.

### **Тесты для самостоятельной работы студентов**

#### **«Правила соревнований по японскому мини-волейболу»**

#### 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. Пр 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. 12х9 м
2. 9х6 м
3. 9х9 м
4. 7х5 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.**

## **7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ МОДУЛЯ**

### **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. - <http://www.studentlibrary.ru/book/> ISBN9785990673472.html  
Прототип Электронное издание на основе: Волейбол: теория и практика. Учебник для высших учебных заведений физической культуры и спорта /под общей редакцией В.В. Рыцарева/ - М.: Спорт, 2016. - с. 456, ил.
2. 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 <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=492800#none>
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. Издательство Спорт Год издания 2015

<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785990657823.html> Прототип Электронное издание на основе: Волейбол. Начальное обучение. - М.: Спорт, 2015. - 88 с., ил. (Спорт в школе).

#### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Студенческий волейбол Авторы Шулятьев В.М. Библиография: Студенческий волейбол [Электронный ресурс] : учеб. пособие / В.М. Шулятьев. - М.: Издательство РУДН, 2011. - Электронное издание на основе: Шулятьев В.М. Студенческий волейбол: Учеб. пособие. - М.: РУДН, 2011. - 195 с.: ил. - ISBN 978-5-209-03544-2. <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785209035442.html>.
2. Комплексный контроль в спортивных играх Авторы М. А. Годик, А. П. Скородумова Библиография: Комплексный контроль в спортивных играх [Электронный ресурс] / М.А. Годик, А.П. Скородумова. - М.: Советский спорт, 2010. - Электронное издание на основе: Годик М. А. Комплексный контроль в спортивных играх [Текст] / М. А. Годик, А. П. Скородумова. - М.: Советский спорт, 2010. - 336 с.: ил. - ISBN 978-5-9718-0470-3. <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971804703.html>
3. Волейбол в университете Авторы Губа В.П., Родин А.В. Библиография: Волейбол в университете [Электронный ресурс]: учебн. пособие / В.П. Губа, А.В. Родин. - М.: Советский спорт, 2009. - Электронное издание на основе: Губа В.П., Родин А.В. Волейбол в университете: Теоретическое и учебно-методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе [Текст]: учебн. пособие / В.П. Губа, А.В. Родин. - М.: Советский спорт, 2009. - 164 с. - ISBN 978-5-9718-0378-2. <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971803782.htm>
4. Калинцева, Ирина Геннадьевна. Особенности обучения волейболу студентов специальной медицинской группы [Электронный ресурс]: методические указания и рекомендации / И. Г. Калинцева; Владимирский государственный университет (ВлГУ), Кафедра физического воспитания.— Электронные текстовые данные (1 файл: 252 Кб).— Владимир: Владимирский государственный университет (ВлГУ), 2009.— 20 с.— Заглавие с титула экрана.— Электронная версия печатной публикации.— Библиогр.: с. 19.— Свободный доступ в электронных читальных залах библиотеки.— Adobe Acrobat Reader.— <URL: <http://e.lib.vlsu.ru/bitstream/123456789/1329/3/00970.pdf>>.
5. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта волейбол. [Электронный ресурс] / - М.: Спорт, 2016. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839008.html> Прототип Электронное издание на основе: Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта волейбол / Министерство спорта Российской Федерации. - М.: Спорт, 2016. - 23 с.

### **ПЕРИОДИЧЕСКИЕ ИЗДАНИЯ:**

Журнал «Теория и практика физической культуры», 2014, 2015.

Журнал «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка», 2015.

### **ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ:**

<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.

## **8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ МОДУЛЯ**

Практические занятия по модулю проводятся в игровом зале спортивного корпуса № 3 ИФКС ВлГУ (ул. Университетская, 1). На занятиях используются мячи для классического волейбола, мячи для мини-волейбола, сетка волейбольная, сетка для бадминтона, стойки для волейбольной площадки, стойки для бадминтона.

Контрольные занятия проводятся с использованием материально-технических и информационных ресурсов кафедры теоретических и медико-биологических основ физической культуры, в том числе: мультимедийный проектор, ноутбук, учебные плакаты и таблицы (ауд. 109-3ск).

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиль «Спортивный менеджмент».

Рабочую программу составила д.б.н., профессор Батоцыренова Т.Е.



Рецензент (ы) к.п.н., доцент, зав. кафедрой ФВ Калинцева И.Г.




Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТМБОФК

протокол № 1 от 31.08.18 2018 года.

Заведующий кафедрой  Батоцыренова Т.Е.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии направлений 49.03.01, 49.03.02

протокол № 1 от 03.09 2018 года.

Председатель комиссии  Батоцыренова Т.Е.