

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**

**МИНИ-ВОЛЕЙБОЛ ЯПОНСКИЙ**

**направление подготовки**

**49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в  
состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)**

---

(код и наименование направления подготовки (специальности))

**направленность (профиль) подготовки**

**Адаптивное физическое воспитание**

---

(направленность (профиль) подготовки))

г. Владимир

2021 год

2019

## 1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

**Цель** освоения дисциплины Мини-волейбол японский - 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:

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

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина Мини-волейбол японский 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	Планируемые результаты обучения по дисциплине, в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства
	Индикатор достижения компетенции	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 самосовершенствования.</p>	<p>Знает виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни.</p> <p>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>Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования.</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>

<p>ПК-1. Способен осуществлять отбор инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья в группы начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин)</p>	<p>ПК-1.1. Знает медицинские, возрастные и психофизические требования к инвалидам, лицам с ОВЗ, зачисляемым в группы начальной подготовки по виду (спортивной дисциплине) адаптивного спорта; основы спортивно-медицинской, спортивно-функциональной и гандикапной классификаций.</p> <p>ПК-1.2. Умеет организовывать и проводить тестирование лиц с сенсорно-двигательными нарушениями, учитывая возраст, пол, спортивную специализацию и уровень подготовленности.</p> <p>ПК-1.3. Владеет методами распределения инвалидов, лиц с ОВЗ, зачисленных на этап начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин), в соответствии с гендерными и возрастными особенностями развития, функциональными группами, а также индивидуальными особенностями ограничений в состоянии здоровья.</p>	<p>Знает возрастные требования к инвалидам, лицам с ОВЗ, зачисляемым в группы начальной подготовки по виду мини-волейболу.</p> <p>Умеет организовывать и проводить тестирование лиц с сенсорно-двигательными нарушениями, учитывая возраст, пол, спортивную специализацию и уровень подготовленности.</p> <p>Владеет методами распределения инвалидов, лиц с ОВЗ, зачисленных на этап начальной подготовки по виду мини-волейболу в соответствии с гендерными и возрастными особенностями развития, функциональными группами, а также индивидуальными особенностями ограничений в состоянии здоровья.</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>
<p>ПК-2. Способен к развитию у занимающихся физических качеств, функциональных возможностей, основ техники и теоретических представлений об избранном виде адаптивного спорта</p>	<p>ПК-2.1. Знает методики обучения занимающихся технике спортивных дисциплин (упражнений) в виде адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).</p> <p>ПК-2.2. Умеет выбирать и применять адекватные методы развития у занимающихся физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний; использовать технические средства, методики и приемы физической</p>	<p>Знает методики обучения занимающихся технике мини-волейбола</p> <p>Умеет выбирать и применять адекватные методы развития у занимающихся физических качеств с учетом показаний и противопоказаний; использовать технические средства, методики и приемы физической помощи для обучения занимающихся двигательным действиям, развития и совершенствования качеств</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>

	<p>помощи для обучения занимающихся двигательным действиям, развития и совершенствования качеств и способностей, значимых в виде (спортивной дисциплине) адаптивного спорта.</p> <p>ПК-2.3. Владеет способами проведения с занимающимися теоретических занятий (лекций и бесед) по основам спортивной гигиены в адаптивном спорте, врачебного контроля и самоконтроля, механизмам и особенностям влияния физической культуры на организм человека, истории и правилам вида адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).</p>	<p>и способностей, значимых в мини-волейболе.</p> <p>Владеет способами проведения с занимающимися теоретических занятий (лекций и бесед) по основам спортивной гигиены в адаптивном спорте, врачебного контроля и самоконтроля, механизмам и особенностям влияния физической культуры на организм человека, истории и правилам мини-волейбола</p>	
<p>ПК-3. Способен к планированию и контролю результатов спортивной подготовки занимающихся в группах начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин)</p>	<p>ПК-3.1. Знает порядок составления и ведения отчетной документации по контролю и анализу тренировочного процесса на этапе начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин); федеральные стандарты спортивной подготовки по виду адаптивного спорта.</p> <p>ПК-3.2. Умеет использовать различные средства контроля и оценки уровня физической и технической подготовленности занимающихся (врачебно-педагогический контроль, тестирование, антропометрические измерения).</p> <p>ПК-3.3. Владеет способами составления проекта годового плана тренировочного процесса для групп начальной подготовки в соответствии с программой спортивной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).</p>	<p>Знает порядок составления и ведения отчетной документации по контролю и анализу тренировочного процесса по мини-волейболу.</p> <p>Умеет использовать различные средства контроля и оценки уровня физической и технической подготовленности занимающихся (врачебно-педагогический контроль, тестирование, антропометрические измерения).</p> <p>Владеет способами составления проекта годового плана тренировочного процесса для групп начальной подготовки по японскому мини-волейболу.</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>

## 4. ОБЪЕМ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Тематический план  
форма обучения – заочнаяТрудоемкость 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 японского мини-волейбола.	2	1-2	1				12	
2	Правила игры в мини-волейбол, техника безопасности на занятиях по японскому мини-волейболу.	2	3-4	1				12	
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	12	
5	Тактика игры в защите и нападении в мини-волейболе.	2	9-10					10	
6	Методика планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по мини-волейболу.	2	11-12					12	Рейтинг-контроль 2
7	Организация и проведение соревнований по мини-волейболу, судейство соревнований.	2	13-14			1	1	14	
8	Методика обучения основным техническим приемам игры мини-волейбол.	2	15-16			1	1	10	
9	Особенности организации занятий по мини-волейболу с лицами разного возраста.	2	17-18			1	1	10	Рейтинг-контроль 3
Всего за <u>2</u> семестр:					2		4	102	зачет
Наличие в дисциплине КП/КР									нет
Итого по дисциплине					2		4	102	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				12	
2	Правила игры в мини-волейбол, техника безопасности на занятиях по мини-волейболу.	2	3-4	1				12	
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	12	
5	Тактика игры в защите и нападении в мини-волейболе.	2	9-10					10	
6	Методика планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по мини-волейболу.	2	11-12					12	Рейтинг-контроль 2
7	Организация и проведение соревнований по мини-волейболу, судейство соревнований.	2	13-14			1	1	14	
8	Методика обучения основным техническим приемам игры мини-волейбол.	2	15-16					12	
9	Особенности организации занятий по мини-волейболу с лицами разного возраста.	2	17-18					10	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 само страховка. 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 55см
2. 1 м 90см.
3. 1 м 60см
4. 1 м 35см

**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. **Продemonстрируйте 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. Продemonстрируйте 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
<b>Основная литература</b>		
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. Коротаева Е.Ю. Развитие физических качеств и функциональных возможностей средствами волейбола Учебное пособие [Электронный ресурс] / Коротаева 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>
<b>Дополнительная литература</b>		
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. Андрияшина, 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> .
4. Федеральный государственный стандарт спортивной подготовки по виду спорта волейбол	2013	<a href="https://minsport.gov.ru/2015/doc/prikaz680-30082013.pdf">https://minsport.gov.ru/2015/doc/prikaz680-30082013.pdf</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

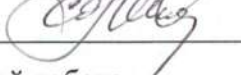
Visual Studio professional: MSDN подписка, Договор № 259/15-44 АЭФ

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 Батоцыренова Т.Е.

Рецензент (представитель работодателя)  Мельникова С.А., заместитель  
директора МБУ «СШОР № 7» по спортивной работе

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТМБОФК

Протокол № 1 от 30.08. 20 21 года

Заведующий кафедрой  Батоцыренова Т.Е.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии  
направления 49.03.02

Протокол № 1 от 30.08. 20 21 года

Председатель комиссии  Батоцыренова Т.Е.