

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ

**Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования
« Национальный исследовательский Нижегородский государственный
университет им. Н.И. Лобачевского»**

Институт клинической медицины

Утверждено на заседании методической комиссии
Института клинической медицины
Протокол №2 от 26.01.2023

Рабочая программа дисциплины

Волейбол и методика преподавания в
адаптивной физической культуре

Уровень высшего образования
бакалавриат

Направление подготовки
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (адаптивная физическая культура)»

Направленность образовательной программы
Физическая реабилитация

Квалификация (степень)
бакалавр

Форма обучения
очная, заочная

Нижегород
2023

1. Цель освоения и место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина относится к Дисциплины по выбору Б1.В.ДВ.3 ОП по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)». Дисциплина обязательна для освоения в 3 семестре.

К окончанию изучения дисциплины у студентов должны присутствовать устойчивые представления, касающиеся понятийного аппарата в области адаптивной физической культуры, студенты овладевают основами теории физической культуры и спорта (волейбола, как спортивной игры и как средство реабилитации).

Целями освоения дисциплины являются:

- формирование у студентов научно-практической позиции в отношении роли и значения волейбола как акцента теоретико-методической подготовки студентов при сохранении их оптимальной двигательной-практической подготовки
- овладение теоретико-методологическими основами спортивной тренировки в волейболе
- получение практических навыков применения различных методов для решения задач в соответствии с компетенцией.

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

Формируемые компетенции (код, содержание компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства
	Индикатор достижения компетенции (код, содержание индикатора)	Результаты обучения по дисциплине	
ПК-11 Способен использовать методы измерения, оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния лиц с отклонениями в состоянии здоровья,	ПК-11.1	Способен разрабатывать физкультурно-спортивный раздел мероприятий индивидуального маршрута реабилитации и согласование его с членами реабилитационной команды; - прогнозировать результаты физической реабилитации на основании оценки потребностей, личностных ресурсов и рисков индивидуума; -определять готовность	Устный опрос, тест, доклад, практическое задание/задача, реферат

вносить коррекцию в педагогические и восстановительные воздействия и оценивать их эффективность.	ПК-11.2	индивидуума к участию в индивидуальных и групповых программах реабилитации. Способен взаимодействовать с членами реабилитационной команды, социальной, медицинской и другими службами по вопросам комплексной реабилитации в интересах индивидуума; -обучать родителей (законных представителей), педагогов образовательных организаций, специалистов медицинских, социозащитных учреждений методам физической реабилитации, воспитания физических способностей; - консультировать по вопросам обустройства физической реабилитационной среды для индивидуума и оптимальным способам адаптации к ней.	
	ПК-11.3	Способен оценивать результаты реабилитационных мероприятий в соответствии с возможностями самого индивидуума, его ближайшего окружения и средовых ресурсов.	

3. Структура и содержание дисциплины

3.1 Трудоемкость дисциплины

	очная форма обучения	очно-заочная форма обучения	заочная форма обучения
Общая трудоемкость	3 ЗЕТ	-	3 ЗЕТ
Часов по учебному плану	108	-	108
в том числе		-	
аудиторные занятия (контактная работа):	34	-	10
- занятия лекционного типа	16		2
- занятия семинарского типа	16		6
-КСРИФ	2		2
самостоятельная работа	38	-	89
Промежуточная аттестация – экзамен	36	-	9

Содержание дисциплины (модуля)

Наименование и краткое содержание разделов и тем дисциплины (модуля), форма промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)	Всего (часы)		В том числе												
			Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем), часы из них										Самостоятельная работа обучающегося, часы		
	Занятия лекционного типа		Занятия семинарского типа		Занятия лабораторного типа				Всего		Очная	Заочная			
	Очная	Заочная	Очная	Заочная	Очная	Заочная	Очная	Заочная	Очная	Заочная			Очная	Заочная	
Тема 1. Теоретико-методические особенности построения занятий по волейболу	3	5	1	0,5	1	0,5						2	1	1	4
Тема 2 Особенности методики воспитания силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости и гибкости в волейболе	14	14	3	0,5	7	1,5						10	2	4	12
Тема 3 Виды подготовки (физическая, техническая, тактическая, теоретическая, интегральная, психологическая)	15	14	3	0,5	8	1,5						11	2	4	12
Тема 4 Закономерности	15	13,5	2	0,5	8	1						10	1,5	5	12

тренировки в волейболе и ее построение.													
Тема 5 Соревновательная деятельность.	11	5,5	3	0,5	6	1				9	1,5	2	4
Тема 6 Планирование и контроль	4	5,5	1	0,5	2	1				3	1,5	1	4
Тема 7 Организация судейства соревнований.	7	7,5	2	0,5	3	1				5	1,5	2	6
Тема 8 Техника безопасности и предупреждение травматизма при занятиях волейболом	3	3	1	0,5	1	0,5				2	1	1	2
Зачеты		4								4			

Текущий контроль успеваемости проходит в рамках занятий практического типа. Промежуточный контроль осуществляется на зачете.

4.Образовательные технологии

В соответствии с рабочей программой и тематическим планом изучение дисциплины проходит в виде аудиторной и самостоятельной работы студентов. Учебный процесс в аудитории осуществляется в форме практических занятий, лекций.

Образовательные технологии, способствующие формированию компетенций,

используемые на занятиях лекционного типа:

- лекции-беседы с использованием мультимедийных средств поддержки образовательного процесса;
- лекции с проблемным изложением учебного материала,

- решение практических ситуаций при реализации технологии физкультурно-спортивной деятельности.

используемое на занятиях практического типа:

- регламентированная самостоятельная деятельность студентов;
- частично-поисковая деятельность при выполнении методических разработок частей занятия;

- решение практических ситуаций при реализации технологии коллективной мыслительной деятельности.

На лекциях раскрываются следующие основные темы изучаемого курса, которые входят в рабочую программу: **техника** физических упражнений, составляющих основу изучения волейбола; **методика** обучения двигательным действиям, используемым в волейболе; **методика** развития и совершенствования физических способностей при использовании тех или иных видов волейбола; **методы** воспитания и самовоспитания занимающихся; **особенности организации и построения занятий** при реализации конкретной технологии физкультурно-спортивной деятельности; **особенности медицинского и педагогического контроля** и самоконтроля на занятиях с занимающимися; **способы оказания помощи и страховки**, меры обеспечения безопасности, профилактики травматизма; создания психологического комфорта на занятиях; использование **спортивных снарядов, инвентаря**, технических средств и тренажеров.

На практических занятиях более подробно изучается программный материал в плоскости отработки практических умений и усвоения следующих тем: **физические упражнения**, составляющие основу изученных видов технологий физкультурно-спортивной деятельности; **задачи, средства, методы, методические приемы** обучения двигательным действиям, развития и совершенствование физических способностей занимающихся, **формы организации** занятий; **проведение 1-3 частей занятия** с использованием изученных технологий физкультурно-спортивной деятельности;

Формой промежуточного контроля знаний студентов по дисциплине являются реферат и зачет, в ходе которого оценивается уровень теоретических знаний и навыки решения практических задач.

5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

5.1. Методические указания для обучающихся

Самостоятельная работа студентов направлена на самостоятельное изучение отдельных тем рабочей программы. Таких, как: теоретико-методические особенности построения занятий видами физкультурно-спортивной деятельности (волейбол), особенности методики воспитания силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости и гибкости в волейболе, виды подготовки (физическая, техническая, тактическая, теоретическая, интегральная, психологическая); закономерности тренировки в волейболе и ее построение; проблемы

периодизации тренировки; соревновательная деятельность; планирование и контроль; организация судейства и проведение соревнований; техника безопасности и предупреждение травматизма при занятиях волейболом.

Цель самостоятельной работы - подготовка современного компетентного специалиста и формирование способностей и навыков к непрерывному самообразованию и профессиональному совершенствованию.

Самостоятельная работа является наиболее деятельным и творческим процессом, который выполняет ряд дидактических функций: способствует формированию диалектического мышления, вырабатывает высокую культуру умственного труда, совершенствует способы организации познавательной деятельности, воспитывает ответственность, целеустремленность, систематичность и последовательность в работе студентов, развивает у них бережное отношение к своему времени, способность доводить до конца начатое дело.

Изучение понятийного аппарата дисциплины

Вся система индивидуальной самостоятельной работы должна быть подчинена усвоению понятийного аппарата, поскольку одной из важнейших задач подготовки современного грамотного специалиста является овладение и грамотное применение профессиональной терминологии. Лучшему усвоению и пониманию дисциплины помогут различные энциклопедии, словари, справочники и другие материалы, указанные в списке литературы.

Изучение тем самостоятельной подготовки по учебно-тематическому плану

Особое место отводится самостоятельной проработке студентами отдельных разделов и тем по изучаемой дисциплине. Такой подход вырабатывает у студентов инициативу, стремление к увеличению объема знаний, выработке умений и навыков всестороннего овладения способами и приемами профессиональной деятельности.

Изучение вопросов очередной темы требует глубокого усвоения теоретических основ, раскрытия сущности основных категорий системы физической культуры и спорта, проблемных аспектов темы и анализа методического материала.

Работа над основной и дополнительной литературой

Изучение рекомендованной литературы следует начинать с учебников и учебных пособий, затем переходить к материалам периодических изданий и Интернет источникам. Конспектирование – одна из основных форм самостоятельного труда, требующая от студента активно работать с учебной литературой и не ограничиваться конспектом лекций.

Студент должен уметь самостоятельно подбирать необходимую для учебной и научной работы литературу. При этом следует обращаться к предметным каталогам и библиографическим справочникам, которые имеются в библиотеках.

Подобная работа будет весьма продуктивной с точки зрения формирования библиографии для последующего написания дипломного проекта на выпускном курсе.

Самоподготовка к практическим занятиям

При подготовке к практическому занятию необходимо помнить, что данная дисциплина должна быть тесно связана с позднее изучаемыми дисциплинами. На практических занятиях студент должен уметь последовательно применять изучаемый материал.

Для достижения этой цели необходимо:

- 1) ознакомиться с соответствующей темой программы изучаемой дисциплины;
- 2) осмыслить круг изучаемых вопросов;
- 3) изучить рекомендованную учебно-методическим комплексом литературу по данной теме;
- 4) тщательно изучить лекционный материал;
- 5) ознакомиться с вопросами очередного практического занятия;
- 6) подготовить конспект занятия по указанной из вынесенных тем.

Изучение вопросов очередной темы требует глубокого усвоения теоретических основ дисциплины, раскрытия сущности основных положений, проблемных аспектов темы и анализа практического материала.

При презентации материала на защите реферата можно воспользоваться следующим алгоритмом изложения темы: определение и характеристика основных категорий, эволюция адаптивной физической культуры вообще и в частности волейбола, оценка его современного состояния, существующие проблемы, перспективы развития, как средства реабилитации и улучшения здоровья. Весьма презентабельным вариантом выступления следует считать его подготовку в среде Power Point, что существенно повышает степень визуализации, и, следовательно, доступности, понятности материала и заинтересованности аудитории к результатам учебной работы студента.

Самостоятельная работа студента при подготовке к зачету

Контроль выступает формой обратной связи и предусматривает оценку успеваемости студентов и разработку мер по дальнейшему повышению качества подготовки современных специалистов в области **физической культуры для лиц с отклонениями в состоянии здоровья**.

Итоговой формой контроля успеваемости студентов по учебной дисциплине

«Волейбол и методика преподавания в адаптивной физической культуре» является зачет.

Бесспорным фактором успешного завершения очередного модуля является кропотливая, систематическая работа студента в течение всего периода изучения дисциплины (семестра). В этом случае подготовка к зачету будет являться концентрированной систематизацией всех полученных знаний по данной дисциплине.

В начале семестра рекомендуется внимательно изучить перечень вопросов к зачету по данной дисциплине, а также использовать в процессе обучения программу, другие методические материалы, разработанные преподавателями факультета по аналогичным дисциплинам. Это позволит в процессе изучения тем сформировать более правильное и обобщенное видение студентом существа дисциплины «Волейбол и методика преподавания» за счет:

- а) уточняющих вопросов преподавателю;
- б) подготовки рефератов по отдельным темам, наиболее заинтересовавшие студента;
- в) самостоятельного уточнения вопросов на смежных дисциплинах;
- г) углубленного изучения вопросов темы по учебным пособиям.

Кроме того, наличие перечня вопросов в период обучения позволит выбрать из предложенных преподавателем учебников наиболее оптимальный для каждого студента, с точки зрения его индивидуального восприятия материала, уровня сложности и стилистики изложения.

После изучения соответствующей тематики рекомендуется проверить наличие и формулировки вопроса по этой теме в перечне вопросов к зачету, а также попытаться изложить ответ на этот вопрос. Если возникают сложности при раскрытии материала, следует вновь обратиться к лекционному материалу, материалам практических занятий, уточнить терминологический аппарат темы, а также проконсультироваться с преподавателем.

Изучение сайтов по темам дисциплины в сети Интернет

Ресурсы Интернет являются одним из альтернативных источников быстрого поиска требуемой информации. Их использование возможно для получения основных и дополнительных сведений по изучаемым материалам.

РЕФЕРАТ

Реферат является одной из важных составляющих учебного процесса и выполняется студентом самостоятельно в соответствии с учебным планом.

Выполнение реферата по дисциплине «Волейбол и методика преподавания» должно способствовать углубленному усвоению студентом лекционного курса и приобретению практических навыков в области изучения технологий обучения волейболу.

Студенту предоставляется право выбора темы реферата, из числа, указанных в списке.

Структура реферата должна включать в себя главы (в основном три) с их разбивкой на параграфы (подразделы). Все части реферата должны быть изложены в строгой логической последовательности и взаимосвязи.

Содержание работы можно иллюстрировать схемами, таблицами, диаграммами, графиками, рисунками.

Графическому материалу по тексту необходимо давать пояснение.

Объем работы составляет – 12 страниц.

При оценке работы учитывается содержание работы, ее актуальность, степень самостоятельности, правильность выводов и предложений, качество

используемого практического материала, а также уровень грамотности и владение терминологией (общей и специальной). Одновременно отмечаются ее положительные стороны и недостатки, а в случае необходимости указываются вопросы, подлежащие доработке.

Процедура защиты реферата происходит на практических занятиях

Реферат оценивается оценкой «зачтено», «не зачтено».

Темы рефератов:

1. Теоретико-методические особенности занятий в игровых видах спорта
2. Характеристика различных видов волейбола, их специфические признаки.
3. Волейбол как средство реабилитации.
4. Методика организации и обучения игры в волейбол
5. Характеристика основных понятий дисциплины «Волейбол и методика преподавания»
6. Принципы построения занятий (принципы технической, тактической подготовки)
7. Особенности организации и проведения соревнований по волейболу
8. Исторические аспекты возникновения волейбола как средства физической культуры для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
9. Особенности построения занятий в волейболе. Классификация и характеристика упражнений.
10. Структура соревновательной деятельности. Факторы, определяющие эффективность спортивной деятельности
11. Принципы построения и проведения соревнований. Способы проведения соревнований
12. Характеристика обучения. Двигательное умение, навык. Факторы успешности обучения технике, тактике.
13. Развитие физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья средствами волейбола.
14. Системный характер подготовки. Обеспечение подготовки спортсменов, структура подготовки
15. Устройства для технической подготовки. Устройства для тактической подготовки
16. Профилактика травматизма
17. Основы многолетней тренировки
18. Документы планирования и учета
19. Основные правила по волейболу сидя.

6.1. Описание шкал оценивания результатов обучения по дисциплине

Промежуточный контроль качества усвоения студентами содержания дисциплины проводится в виде зачета, на котором определяется:

- уровень усвоения студентами основного учебного материала по дисциплине;

- уровень понимания студентами изученного материала
- способности студентов использовать полученные знания для решения конкретных задач.

Зачет проводится в устной или письменной форме. Устная часть зачета заключается в ответе студентом на теоретические вопросы курса (с предварительной подготовкой) и последующем собеседовании в рамках тематики курса. Собеседование проводится в форме вопросов, на которые студент должен дать краткий ответ. Практическая часть зачета предусматривает тестирование физической и технической подготовленности, проведение занятия по волейболу.

6.2. Описание шкал оценивания

Оценка	Уровень подготовки
зачтено	Высокий уровень физической и технической подготовки, безупречное владение теоретическим материалом, студент демонстрирует творческий подход к решению поставленных задач. Студент дал полный и развернутый ответ на теоретические вопросы, подтверждая теоретический материал практическими примерами из практики. Студент активно работал на практических занятиях.
Не зачтено	Техническая и физическая подготовка абсолютно недостаточная. Студент не отвечает на поставленные вопросы. Студент отсутствовал на большинстве лекций и практических занятий.

6.3. Критерии и процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине, характеризующих сформированность компетенций.

Для оценивания результатов обучения в виде знаний используются следующие процедуры и технологии:

устные и письменные ответы на вопросы.

Для оценивания результатов обучения в виде умений и владений используются следующие процедуры и технологии:

- тестирование физической и технической подготовленности;

- практические задания, включающие подготовку конспекта и проведение занятия по волейболу

Для проведения промежуточного контроля сформированности компетенции используются: устный опрос, защита реферата.

6.4. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения, характеризующих сформированность компетенций и (или) для итогового контроля сформированности компетенции.

Контрольные вопросы

1. Характеристика адаптивной физической культуры
2. Основные термины и понятия адаптивной физической культуры
3. Характеристика основных понятий дисциплины «Волейбол и методика преподавания»
4. Волейбол как средство физической культуры для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
5. Методика организации обучения игры в волейбол
6. Особенности построения занятий в волейболе. Классификация и характеристика упражнений.
7. Структура соревновательной деятельности. Факторы, определяющие эффективность спортивной деятельности
8. Принципы построения и проведения соревнований. Способы проведения соревнований
9. Профилактика травматизма
10. Основы многолетней тренировки
11. Документы планирования и учета

Задания для оценки сформированности умений компетенции ПК-11:

Задание 1. Ведение дневника самоконтроля

Задание 2. Определить уровень своего физического развития, тренированности и здоровья

Задание 3. Выполнить норматив «Елочка». Ж-29сек, М-27сек

Задание 4. Выполнить норматив «Сгибание, разгибание рук в упоре лежа». Ж-25раз, М-40раз.

Задание 1. Обосновать средства, обеспечивающие целенаправленное и всестороннее физическое развитие при обучении волейболу

Задание 2. Найти рациональные методы использования средств в волейболе

Задание 3. Сформулировать основные задачи, решаемые в процессе обучения волейболу

Задание 1. Провести контроль за физическими нагрузками

Задание 2. Визуально определить самочувствие по внешним признакам

Задание 3. Выполнить приемы самостраховки

Задание 1. Составить перспективный многолетний план подготовки

Задание 2. Составить годовой план подготовки

Задание 3. Составить месячный план подготовки

Задание 4. Составить конспект урока

Задание 5. Определить общую плотность урока, определить моторную плотность урока

Задание 6. Провести 1-3 части занятия по волейболу

Задание 7. Составить положение о соревнованиях

Задание 8. Составить календарь соревнований по разным системам розыгрыша соревнований

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

а) основная литература:

1. Евсеев С. Олимпийское, паралимпийское, специальное олимпийское движения: тенденции интеграции и дифференциации // Олимпийское движение и социальные процессы: X Юбилейная Всероссийская научно-практическая конференция, Материалы. М.: Сов. спорт, 2001. С. 40-42
2. Евсеев С. П., ред. Теория и организация адаптивной физической культуры. В 2 томах. Том 2: Содержание и методики адаптивной физической культуры и характеристика ее основных видов. Серия: Физическая культура и спорт инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья. 2007 г.
3. Ивойлов А.В. Волейбол: учеб. для ин-тов физ. культуры / под ред. А.В. Ивойлова. М.: Физкультура и спорт, 2007. 239 с.
4. Курдыбайло С. Ф., Евсеев С. П. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: Издательство: Советский спорт, 2004.
5. Фомин Е.В. Техничко-тактическая подготовка волейболистов (методическое пособие) / Фомин Е.В., Булыкина Л.В. Выпуск № 13. М: ВФВ, 2013. 56с.

б) дополнительная литература:

1. Евсеев С. П. Проблемы классификации в адаптивном спорте. СПб, 2006.
2. Пасюков, П.Н. Мини-волейбол по-японски в системе международных спортивных связей // Актуальные вопросы международной научно-практической конференции. 19–20 апреля 2007 г. / П.Н. Пасюков. – Уссурийск: Издательство УГПИ, 2007. – С. 44–47
3. Железняк Ю.Д., Чачин А.В., Сыромятников Ю.П. Волейбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского

резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный). - М.: Советский спорт, 2005. - 112 с.

4. Методическое пособие №18. Возрастные особенности физического развития и физической подготовки юных волейболистов. В.В. Костюков, В.В. Нирка, Е.В. Фомин. Москва: ВФВ., 2014. 63с.
5. Методический сборник №17. Процесс спортивной подготовки игроков. Фомин Е.В., Силаева Л.В., Булыкина Л.В., Белова Н.Ю. Москва. 2014. 134 с.
6. Шнейдер, В.Ю. Методика обучения игре в волейбол / В.Ю. Шнейдер. – М.: Человек, Олимпия. 2007. 56 с.

в) программное обеспечение и Интернет-ресурсы

1. Волейбол для всех [Электронный ресурс]. Режим доступа: URL <http://www.volley4all.net/literature.html>
2. Маслова О.М. Методология и методы [Электронный ресурс]. Свободный доступ. http://ecsocman.hse.ru/data/444/700/1219/005Glava_2.pdf
3. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. Режим доступа: www.rsl.ru
4. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту (РГУФК) [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru>
5. Свердловская областная универсальная научная библиотека им. В.Г. Белинского [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://book.uraic.ru>
6. Теория и практика физической культуры [Электронный ресурс]. Режим доступа <http://lib.sportedu.ru/ТПК>
7. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/ФКВОТ>

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Для обучения студентов названной дисциплине имеются в наличии: специальные кабинеты, оборудованные мультимедийными средствами обучения; компьютерный класс, где имеется возможность выхода в Интернет; присутствует инвентарь, необходимый для обучения игре в волейбол.

Программа составлена в соответствии с требованиями ОС ВО ННГУ с учетом рекомендаций и ООП ВО по направлению 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»

Автор - Малышева Т.А. _____

Заведующий кафедрой . _____

