**Учреждение образования**

**«Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины»**

Скорины

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

**Учебная программа учреждения высшего образования**

 **по учебной дисциплине для всех специальностей**

2021 г.

Учебная программа составлена на основе: типовой учебной программы МО РБ, утвержденная 27.06.2017 г., рег. № ТД-СГ 025/тип. и учебных планов ГГУ им. Ф. Скорины.

**Составители:**

**А.В. Блашкевич –** старший преподаватель кафедры физического воспитания и спорта УО «ГГУ имени Ф. Скорины».

**РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:**

Кафедрой физической культуры и спорта

(протокол № 10 от 18.05.2021г.);

Научно-методическим советом УО «ГГУ им. Ф. Скорины»

(протокол № 9 от 28.07.2021г.)

Перечень специальностей:

1-02 03 03 Белорусский язык и литература. Иностранный язык (английский) (1 курс)

1-21 05 01 Белорусская филология (по направлениям) (2,3 курс)

1-02 03 04 Русский язык и литература. Иностранный язык (английский, китайский) (1,2 курс)

1-21 05 02 Русская филология (по направлениям)

1-21 03 01 История (по направлениям)

1-23 01 02 Лингвистическое обеспечение межкультурных коммуникаций (по направлениям) (1,2 курс)

1-23 01 12 Музейное дело и охрана историко-культурного наследия (по направлениям)

1-02 03 06 Иностранные языки (с указанием языка)

1-25 01 07 Экономика и управление на предприятии

1-25 01 04 Финансы и кредит

1-26 02 01 Бизнес-администрирование

1-25 01 12 Экономическая информатика

1-26 01 01 Государственное управление

1-31 01 01 Биология (по направлениям)

1-75 01 01 Лесное хозяйство

1-31 02 01 География (по направлениям)

1-51 01 01 Геология и разведка месторождений полезных ископаемых

1-33 01 02 Геоэкология

1-31 04 01 Физика (по направлениям)

1-31 04 03 Физическая электроника

1-31 04 08 Компьютерная физика

1-31 03 01 Математика (по направлениям)

1-31 03 03 Прикладная математика (по направлениям) (3 курс)

1-31 03 06 Экономическая кибернетика (по направлениям)

1-31 03 07 Прикладная информатика (по направлениям) (1,2 курс)

1-39 03 02 Программируемые мобильные системы

1-40 01 01 Программное обеспечение информационных технологий

1-40 04 01 Информатика и технологии программирования

1-53 01 02 Автоматизированные системы обработки информации

1-39 03 01 Электронные системы безопасности

1-98 01 01 Компьютерная безопасность (1 курс)

1-23 01 04 Психология

1-03 04 01 Социальная педагогика

1-86 01 01 Социальная работа (по направлениям)

1-24 01 02 Правоведение

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

В высшем учебном заведении «Физическая культура» относится к дополнительным видам обучения в учебных планах всех специальностей и является значимой частью в формировании общей и профессиональной культуры современного высокообразованного специалиста, системы гуманистического воспитания студентов.

Учебная программа по дисциплине «Физическая культура» по волейболу разработана на основании нормативно-правовых документов, регламентирующих работу учреждений высшего образования, и предназначена в качестве руководства для деятельности кафедр физического воспитания и спорта. Программа определяет совместное сотрудничество преподавателя и студента в учебно-воспитательном процессе на всем протяжении обучения в соответствии с требованиями к уровню освоения дисциплины и формированию физической культуры личности. Отличительными особенностями данной программы по сравнению с предыдущими являются:

* продолжение деятельности учреждений высшего образования в области политики качества общего физкультурного образования,
* обновление содержания дисциплины,
* повышение эффективности преподавания физической культуры в контексте реализации программы здоровьесбережения обучающихся,
* использование индивидуального подхода в обучении и формировании профессионально-значимых компетенций обучающегося.

**Целью** учебной дисциплины «Физическая культура» по волейболу является формирование и развитие социально-профессиональной, практико-ориентированной компетентности, позволяющей сочетать академические, социально-личностные, профессиональные компетенции для решения задач в сфере профессиональной и социальной деятельности; формирование профессиональных компетенций для работы в области физической культуры и спорта.

Реализация целевой функции настоящей учебной дисциплины связано с решением следующих **задач:**

– создание представления об объективных предпосылках становления и развития волейбола;

– изучение теории и методики обучения технике и тактике, содержание средств и методов, а также приемов и действий в волейболе;

– получение практических навыков анализа содержания спортивной и прикладной деятельности в волейболе;

– получение практических навыков необходимых для проведения учебно-тренировочных занятий различной направленности;

– совершенствование технико-тактического мастерства, двигательных способностей и психологических качеств у обучающихся, необходимых им в дальнейшей практической деятельности;

– формирование профессионально-прикладных знаний, умений и навыков, необходимых обучающимся в будущей трудовой деятельности.

**Спортивное учебное отделение** формируется из числа студентов разных курсов и факультетов (включая студентов заочной формы обучения, являющихся членами сборных команд вузов), зачисленных для получения высшего образования I и II ступени в установленном порядке, показавших хорошую физическую подготовленность, как общую, так и специальную, и не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям избранным видом спорта. При распределении в спортивное отделение учитываются наличие у студента спортивного разряда или звания, а также его желание заниматься определенным видом спорта и совершенствовать свое спортивное мастерство.

 Образовательный процесс в спортивном отделении направлен на:

* соблюдение принципов спортивной тренировки (цикличность, волнообразность, индивидуализация, углубленная специализация, непрерывность тренировочного процесса, единство общей и специальной подготовки);
* повышение уровня спортивного мастерства;
* приобретение теоретико-методических знаний и практического опыта, необходимых для успешной тренировочной и соревновательной деятельности студента;
* подготовку студента-спортсмена к спортивным соревнованиям и соревновательной деятельности.

Численность учебных групп спортивного отделения определяется спецификой вида спорта, спортивной квалификацией занимающихся и реальными условиями учреждения высшего образования для проведения учебно-тренировочного процесса. Студенты групп спортивного совершенствования, имеющие высокую спортивную квалификацию, по представлению кафедры и согласованию с учебным отделом, деканатом, спортивным клубом приказом ректора могут быть переведены на индивидуальный график обучения с выполнением программных и зачетных требований в установленные сроки.

В результате изучения дисциплины «Физическая культура» по волейболу обучающиеся должны

знать:

* правила избранного вида спорта;
* достижения белорусских спортсменов в данном виде спорта на международной арене;
* принципы Fair Play и олимпизма, спортивной этики;
* основы методики самостоятельных занятий и организации учебно-тренировочного процесса по виду спорта;
* основы организации соревнований и их судейства;
* гигиенические и организационные основы занятий физической культурой и спортом.

уметь:

* соблюдать требования техники безопасности при выполнении упражнений;
* владеть техникой и тактикой избранного вида спорта;
* осуществлять помощь в организации соревнования и судействе;
* владеть навыками здоровьесбережения;
* достойно отстаивать честь учреждения высшего образования на соревнованиях различного уровня.
* использовать в жизни практические умения и навыки, обеспечивающие сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств;
* использовать опыт физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

А также:

* приобрести соревновательный опыт путем участия в спортивных соревнованиях;
* повысить уровень функциональной подготовленности;
* освоить тренировочные и соревновательные нагрузки в соответствии с возрастом, полом и уровнем подготовленности обучающегося;
* приобрести навыки сохранения собственной физической формы.

Программный материал по физическому воспитанию базируется на приоритетных компонентах физической культуры, ее материальных и личностных ценностях, формирующих содержательную направленность обучения, воспитания и образования студента.

В соответствии со ст. 32, п. 11 Закона Республики Беларусь «О физической культуре и спорте» распределение по учебным отделениям осуществляется на основании ежегодного медицинского обследования, проводимого в организациях здравоохранения в порядке, установленном Министерством здравоохранения Республики Беларусь.

Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Физическая культура» по волейболу изучается студентами на первых трех курсах всех специальностей университета в объеме 420 часов практических занятий. Контроль знаний осуществляется в форме зачета в каждом семестре.

**ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

В соответствии с Кодексом Республики Беларусь об образовании целью воспитания является формирование разносторонне развитой, нравственно зрелой, творческой личности обучающегося.

**Задачи** воспитания определены:

формирование гражданственности, патриотизма и национального самосознания на основе государственной идеологии;

подготовка к самостоятельной жизни, профессиональному самоопределению, выбору профессии и труду;

формирование нравственной, эстетической культуры и культуры в области охраны окружающей среды и природопользования;

формирование физической культуры, овладение ценностями и навыками здорового образа жизни;

формирование культуры семейных отношений;

создание условий для социализации, саморазвития и самореализации личности обучающегося.

Процесс воспитания должен отвечать следующим **основным требованиям**:

соответствие содержания, форм и методов воспитания цели и задачам воспитания;

системность и единство педагогических требований;

преемственность, непрерывность и последовательность реализации содержания воспитания с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся;

создание условий для развития творческих способностей обучающихся, включение их в различные виды социально значимой деятельности.

Воспитание включает **основные составляющие** (статья 17 Кодекса):

идеологическое воспитание, направленное на формирование у обучающихся знаний основ государственной идеологии, привитие подрастающему поколению общечеловеческих, гуманистических ценностей, идей, убеждений, отражающих сущность белорусской государственности;

гражданское и патриотическое воспитание, направленное на формирование у обучающихся активной гражданской позиции, патриотизма, правовой, политической и информационной культуры;

духовно-нравственное воспитание, направленное на приобщение обучающихся к общечеловеческим и гуманистическим ценностям, формирование нравственной культуры;

эстетическое воспитание, направленное на формирование у обучающихся эстетического вкуса, развитие чувства прекрасного;

воспитание психологической культуры, направленное на развитие, саморазвитие и самореализацию личности обучающихся;

воспитание физической культуры, физическое совершенствование;

формирование у обучающихся навыков здорового образа жизни, осознания значимости здоровья как ценности и важности его сохранения;

семейное и гендерное воспитание, направленное на формирование у обучающихся ответственного отношения к семье, браку, воспитанию детей, осознанных представлений о роли и жизненном предназначении мужчин и женщин в соответствии с традиционными ценностями белорусского общества;

трудовое и профессиональное воспитание, направленное на понимание обучающимися труда как личностной и социальной ценности, формирование готовности к осознанному профессиональному выбору;

воспитание, направленное на формирование у обучающихся бережного отношения к окружающей среде и природопользованию;

воспитание культуры безопасности жизнедеятельности, направленное на формирование у обучающихся безопасного поведения в социальной и профессиональной деятельности;

воспитание культуры быта и досуга, направленное на формирование у обучающихся ценностного отношения к материальному окружению, умения целесообразно и эффективно использовать свободное время;

поликультурное воспитание, направленное на формирование у обучающихся толерантного отношения к представителям других культур, национальностей, вероисповеданий;

экономическое воспитание, направленное на формирование у обучающихся экономической культуры личности.

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА**

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ (П.З.)

**1. Теоретическая подготовка**

Развитие волейбола в мире и Республике Беларусь.

Современное состояние волейбола в мире и Республике Беларусь.

Правила игры в волейбол, изменения и дополнения.

**2. Техническая подготовка.**

Совершенствование техники и закрепление сформированного двигательного навыка: совершенствование стоек: при подаче, при приеме и нападающем ударе в зависимости от места в площадке, блокировании и заслоне;

Cовершенствование перемещения: в нападении, выхода под мяч, блокировании, игре в защите и страховке;

Cовершенствование техники приема: двумя руками сверху и снизу, одной рукой снизу, в падении и ногой.

Совершенствование техники выполнения подач сверху из стойки, в прыжке.

Совершенствование техники блокирование; групповое, индивидуальное.

Совершенствование техники нападающих ударов: прямой, боковой, обманный, с поворотом

**3. Тактическая подготовка**.

Обучение тактики игры в нападении и защите индивидуальной, групповой и командой, в упрощенных условиях.

Обучение тактике игры в нападении.

Индивидуальные тактические действия; при атакующем ударе, при подаче, при передаче, без мяча.

Групповые тактические действия: между игроками передней и задней зоны, между игроками передней зоны.

 Командные тактические действия: с первой передачи или передачи в прыжке после имитации атакующего удара, со второй передачи игрока, выходящего к сетке с задней зоны, со второй передачи игроком передней зоны.

Обучение тактике игры в защите.

Индивидуальные тактические действия: выбор места, при приеме подачи, при приеме атакующего удара, при блокировании, при страховке.

Групповые тактические действия: при приеме мяча от блока, при приеме подачи, при приеме атакующих ударов, при блокировании вдвоем, втроем.

Командные тактические действия: прием атакующих ударов при расстановке «углом назад», прием атакующих ударов при расстановке «углом вперед», прием атакующих ударов при расстановке «в линию», расстановка при приеме подачи.

Совершенствование тактике игры в нападении

Индивидуальные тактические действия при атакующем ударе, при подаче, при передаче, без мяча.

Групповые тактические действия: между игроками передней и задней зоны, между игроками передней зоны.

Командные тактические действия: с первой передачи или передачи в прыжке после имитации атакующего удара, со второй передачи игрока, выходящего к сетке с задней зоны, со второй передачи игроком передней зоны.

Совершенствование тактике игры в защите.

Индивидуальные тактические действия; выбор места, при приеме подачи, при приеме атакующего удара, при блокировании, при страховке.

Групповые тактические действия: при приеме мяча от блока, при приеме подачи, при приеме атакующих ударов, при блокировании вдвоем, втроем.

Командные тактические действия: прием атакующих ударов при расстановке «углом назад», прием атакующих ударов при расстановке «углом вперед», прием атакующих ударов при расстановке «в линию», расстановка при приеме подачи.

Стратегия современной игры, совершенствование игровых действий в условиях повышенных требований к действию спортсмена

Двухсторонние игры на счет с тактическими установками тренера

Тестирование уровня физической и технической подготовленности. Определение уровня физической и технической подготовленности путем тестирования в волейболе.

**4. Специальная физическая подготовка**.

Повышение функциональных возможностей, избирательное развитие отдельных мышечных групп и двигательных качеств, которые обеспечивают успешное овладение техникой волейбола.

Методика воспитания быстроты перемещения и быстроты двигательной реакции; специальной координации (равновесие, ориентация в пространстве, акробатическая ловкость); скоростной-силовой выносливости.

Развитие скоростно-силовых качеств прыгучести и прыжковой выносливости

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер раздела, темы, занятия | Наименование раздела, темы, занятия; перечень изучаемых вопросов | Количество аудиторных часов | Количество часов УСР | Форма контроля знаний |
| Лекции | Практические занятия | Семинарские занятия | Лабораторные занятия | Иное |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | **Всего часов за курс** |  | **210** |  |  |  |  | **2** |
| П. 1.1 | Занятие 11. Содержание учебно – тренировочных занятий.
2. Развитие волейбола в мире и Республике Беларусь.
3. Инструктаж по технике безопасности.
 |  | 2 |  |  |  |  | Опрос |
| 1.2 | Занятие 2 1. Современное состояние волейбола в мире и Республике Беларусь.
2. Правила игры в волейбол, изменения и дополнения.
 |  | 2 |  |  |  |  | Опрос |
| 1.3 | Занятие 31. Совершенствование перемещениям волейболиста.

2. Совершенствование верхней передаче мяча двумя руками. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.4 | Занятие 41. Развитие быстроты перемещения.
2. Совершенствование верхней передачи.

3. Обучение прямой верхней передаче. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.5 | Занятие 51. Совершенствование верхним передачам в средней и низких стойках после перемещения.
2. Совершенствование верхней прямой передаче.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.6 | Занятие 61. Совершенствование верхней передаче после перемещения.
2. Изучение тактики первых и вторых передач.
3. Обучение с прямым нападающим ударом.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.7 | Занятие 71. Совершенствование приема и передачи мяча сверху.
2. Совершенствование верхней прямой передаче.
3. Прием мяча с подачи. ОФП.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.8 | Занятие 81. Обучение перемещениям в волейболе.
2. Обучение верхней передаче мяча двумя руками.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.9 | Занятие 91. Развитие быстроты и прыгучести.
2. Совершенствование приема и передачи мяча сверху двумя руками.
3. Совершенствование подачи и приема.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.10 | Занятие 101. Скоростно – силовая подготовка.
2. Совершенствование приема и передачи сверху двумя руками.
3. Совершенствование подачи и приема мяча с подачи.
4. Прямой нападающий удар.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.11 | Занятие 111. ОФП.
2. Совершенствование приема и передачи мяча двумя руками.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.12 | Занятие 121. Совершенствование навыков приема и передач мяча сверху двумя руками.
2. Прямой нападающий удар.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.13 | Занятие 131. Совершенствование навыка верхней передачи.
2. Совершенствование приему мяча снизу двумя руками.
3. Совершенствование прямого нападающего удара.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.14 | Занятие 141. Прием мяча от нападающего удара.
2. Совершенствование приема мяча сверху и снизу двумя руками.
3. Верхняя прямая подача.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.15 | Занятие 151. Совершенствование приема мяча сверху и снизу двумя руками.
2. Обучение передачи мяча в прыжке.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.16 | Занятие 161. Обучение верхней передаче мяча назад за голову.
2. Совершенствование верхней прямой подачи и прием подачи.
3. Совершенствование прямого нападающего удара.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.17 | Занятие 171. Обучение верхней передаче мяча.
2. Совершенствование верхней прямой подачи и прием с подачи.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.18 | Занятие 181. Совершенствование приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками.
2. Обучение приему мяча сверху с последующим падением.
3. Верхняя прямая передача.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.19 | Занятие 191. Совершенствование приема мяча сверху и снизу двумя руками.
2. Изучение индивидуальных тактических действий в нападении.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.20 | Занятие 201. Совершенствование второй передачи.
2. Обучение защитным действиям.
3. Изучение индивидуальных тактических действий в нападении.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.21 | Занятие 211. Обучение защитным действиям. 2. Совершенствование нижней и верхней прямой подач. 3. Совершенствование прямого нападающего удара. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.22 | Занятие 221. Скоростно-силовая подготовка. 2. Совершенствование нападающего удара. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.23 | Занятие 231. Совершенствование второй передачи. 2. Изучение индивидуальных тактических действий в защите. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.24 | Занятие 241. Технико-тактические действия в двухсторонней учебной игре. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.25 | Занятие 251. Совершенствование второй передачи.
2. Обучение передаче мяча в прыжке.

3. Обучение групповым тактическим действиям в нападении |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.26 | Занятие 261. Совершенствование второй передачи. 2. Обучение передаче мяча в прыжке. 3. Обучение групповым тактическим действиям в нападении. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.27 | Занятие 271. Обучение одиночному блокированию. 2. Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.28 | Занятие 281. Обучение одиночному блокированию. 2. Изучение индивидуальных и групповых тактических действий в нападении. 3. Исправление ошибок в технике нападающих ударов и передач мяча.  |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.29 | Занятие 291. Совершенствование техники приема подач и нападающих ударов.2. Совершенствование тактического взаимодействия игроков команды. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.30 | Занятие 301. Совершенствование приемов приема подач и нападающих ударов 2. Совершенствование взаимодействий линий защиты при атаках противника. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.31 | Занятие 311. Установка на контрольную игру. 2. Контрольная встреча. 3. Анализ встречи. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.32 | Занятие 321. Совершенствование вторых передач и нападающих ударов с них.
2. Совершенствование первых передач с подачи.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.33 | Занятие 331. Совершенствование приемов при атакующих ударах и подачах.
2. Совершенствование взаимодействия линии защиты при атаках противника.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.34 | Занятие 341. Совершенствование техники защиты.
2. Совершенствование взаимодействия игроков в передачах для нападающих ударов после приема мяча с подачи.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.35 | Занятие 351. Совершенствование второй передачи. 2. Обучение передаче мяча в прыжке. 3. Обучение групповым тактическим действиям в нападении. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.36 | Занятие 361. Совершенствование защиты и нападения.

2. Совершенствование тактических систем игры при подачах. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.37 | Занятие 371. Совершенствование одиночного блокирования.
2. Совершенствование нападающему удару с переводом влево.

3. Совершенствование индивидуальных и групповых тактических действий в нападении. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.38 | Занятие 381. Совершенствование групповым тактическим действиям в защите.
2. Совершенствование нападающему удару с переводом влево.
3. Одиночное блокирование.

4. Совершенствование верхней прямой подачи. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.39 | Занятие 391. Совершенствование навыков в защитных действиях.
2. Совершенствование нападающего удара – тактика нападающего удара.

3. Индивидуальные тактические действия защиты. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.40 | Занятие 401. Игровая тренировка. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.41 | Занятие 411. Совершенствование передачи мяча в прыжке.
2. Совершенствование подачи мяча. Совершенствование нападающего удара.

 Индивидуальные тактические действия в защите. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.42 | Занятие 421. Совершенствование индивидуальным и групповым тактическим действиям в нападении.
2. Совершенствование приема мяча снизу одной рукой с последующим падением и перекатом в сторону на бедро и спину.
3. Совершенствование прямого нападающего удара.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.43 | Занятие 431. Совершенствование групповым тактическим действиям защиты.
2. Совершенствование приема мяча снизу одной рукой с последующим падением и перекатом в сторону на бедро и спину.
3. Совершенствование одиночного блокирования.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.44 | Занятие 441. Совершенствование первых и вторых передач.
2. Совершенствование командным тактическим действиям в защите.
3. Совершенствование приема мяча снизу одной рукой с последующим падением и перекатом в сторону на бедро и спину.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.45 | Занятие 451. Совершенствование защитных действий.
2. Совершенствование техники верхней подачи (на силу) прием с подачи.
3. Совершенствование командным тактическим действиям нападения.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.46 | Занятие 461. Игровая тренировка.
2. Совершенствование прима мяча с подачи.
3. Верхняя прямая подача (на точность).

4. Совершенствование групповым тактическим действиям. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.47 | Занятие 471. Совершенствование навыков защитных действий.
2. Совершенствование верхней прямой подачи мяча – (сильный и нацеленной).

3. Совершенствование командно – тактическим действиям. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.48 | Занятие 481. Совершенствование групповому блокированию.

2. Совершенствование командным тактическим действиям в нападении и защите – быстрый переход от нападения к защите. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.49 | Занятие 491. Совершенствование верхней подачи мяча назад за голову.
2. Верхняя прямая подача (на точность).

3. Совершенствование тактических систем игры при подачах. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.50 | Занятие 501. Игровая тренировка. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.51 | Занятие 511. Совершенствование передачи мяча в прыжке.
2. Совершенствование второй передачи.

Совершенствование групповым тактическим действиям нападения. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.52 | Занятие 52Тестирование уровня физической и технической подготовленности. Определение уровня физической и технической подготовленности путем тестирования |  | 3 |  |  |  |  | Тестирование |
|  | Зачет |  |  |  |  |  |  | 1 |
|  | **Всего часов за 1 семестр** |  | **105** |  |  |  |  | **1** |
| 1.53 | Занятие 53Инструктаж по технике безопасности на занятиях ФКиС1. Совершенствование первых и вторых передач. 2. Совершенствование нападающего удара против блока. Совершенствование командным тактическим действиям в защите. |  | 2 |  |  |  |  | ОпросКонтроль освоения на практике |
| 1.54 | Занятие 541. Совершенствование защитных действий. 2. Совершенствование верхней прямой подачи мяча – сильно и целевой.3. Совершенствование командным тактическим действиям в нападении. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.55 | Занятие 551. Совершенствование групповому блокированию.

2. Совершенствование командным тактическим действиям в нападении и защите – быстрый переход от нападения к защите. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.56 | Занятие 561. Совершенствование второй передачи.
2. Совершенствование приема мяча снизу и сверху с нападением.

3. Изучение индивидуальных тактических действий в защите. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.57 | Занятие 571. Совершенствование верхней передачи после перемещения.
2. Совершенствование тактики первых и вторых передач.
3. Совершенствование прямого нападающего удара.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.58 | Занятие 581. Развитие быстроты и прыгучести.
2. Совершенствование подачи и приема мяча с подачи.
3. Совершенствование прямого нападающего удара.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.59 | Занятие 591. Совершенствование приема сверху с падением и перекатом на бедро и спину.
2. Совершенствование верхней прямой подачи и прием мячам с подачи.
3. Совершенствование верхней прямой подачи (на силу).
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.60 | Занятие 601. Совершенствование первых и вторых передач.
2. Совершенствование нападающего удара против блока.
3. Совершенствование тактических систем игры при подачах.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.61 | Занятие 611. Игровая тренировка. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.62 | Занятие 621. Совершенствование приема и передачи мяча.
2. Совершенствование навыков группового блокирования.
3. Совершенствование прямого нападающего удара. Совершенствование приема с подачи.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.63 | Занятие 631. Совершенствование приема мяча снизу от верхней прямой подачи. Обучение верхней прямой подачи (в прыжке).
2. Совершенствование навыков защитных действий.

3. Совершенствование навыка прямого нападающего удара с переводом влево. Обучение верхней прямой подачи (в прыжке). |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.64 | Занятие 641. Совершенствование навыков одиночного блокирования.

2. Обучение приема мяча от прямой подачи в прыжке. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.65 | Занятие 651. Совершенствование навыков второй передачи.
2. Совершенствование навыков подач мяча.

3. Совершенствование нападающего удара. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.66 | Занятие 661. Совершенствование навыков приема мяча сверху с падением, снизу, снизу с падением.

2. Совершенствование нападающего удара. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.67 | Занятие 671. Совершенствование навыков защитных действий.
2. Совершенствование первых и вторых передач.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.68 | Занятие 681. Скоростно-силовая подготовка. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.69 | Занятие 691. Совершенствование верхней передачи мяча назад, за голову.

2. Совершенствование навыков верхней прямой подачи. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.70 | Занятие 701. Совершенствование одиночному блокированию.
2. Совершенствование индивидуальным и групповым тактическим действиям.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.71 | Занятие 711. Совершенствование передач мяча в прыжке.
2. Совершенствование второй передачи.
3. Совершенствование групповым тактическим действиям в нападении.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.72 | Занятие 721. Совершенствование защитных действий.
2. Совершенствование первых и вторых передач.
3. Совершенствование командным тактическим действиям в нападении.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.73 | Занятие 731. Совершенствование групповым тактическим действиям.
2. Совершенствование подачи мяча.
3. Совершенствование прямого нападающего удара.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.74 | Занятие 741. Совершенствование прием мяча сверху с падением, снизу, снизу с падением.
2. Совершенствование сильной подачи.
3. Совершенствование навыков подачи мяча.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.75 | Занятие 751. Совершенствование защитных действий.
2. Совершенствование нападающих ударов.
3. Изучение групповых тактических действий в нападении.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.76 | Занятие 761. Совершенствование второй подачи.
2. Совершенствование навыков одиночного блокирования.
3. Обучение командным тактическим действиям в нападении и защите.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.77 | Занятие 771. Совершенствование защитных действий.
2. Совершенствование прямого нападающего удара.
3. Совершенствование верхней прямой подачи.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.78 | Занятие 781. Игровая тренировка. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.79 | Занятие 791. Совершенствование приема мяча снизу.
2. Совершенствование сильных подач.

3. Совершенствование группового блокирования. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.80 | Занятие 801. Физическая подготовка.

2. Обучение легкоатлетическим упражнениям. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.81 | Занятие 811. Совершенствование передачи мяча в прыжке.
2. Совершенствование приема далеких мячей.

3. Совершенствование нападающих ударов. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.82 | Занятие 821. Ознакомление с системой игры в нападении с первой передачи.

2. Ознакомление с системой игры в нападении со второй передачи игроком задней линии, вышедшему к сетке. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.83 | Занятие 831. Ознакомление с игрой в нападении с первой передачи.
2. Ознакомление с игрой в нападении через выходящего игрока.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.84 | Занятие 841. Совершенствование защитных действий.
2. Совершенствование техники верхней подачи (на силу) прием с подачи.

3. Совершенствование командным тактическим действиям в нападении. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.85 | Занятие 851. Совершенствование защитным действиям.
2. Индивидуальные тактические действия в защите.
3. Совершенствование передачи мяча в прыжке.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.96 | Занятие 861. Совершенствование защиты и нападения.

2. Совершенствование тактических систем игры при подачах. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.87 | Занятие 871. Совершенствование приемов передач от ударов и подач.
2. Совершенствование взаимодействий линий защиты при атаках противника.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.88 | Занятие 881. Совершенствование навыков перемещения.
2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками.

3. Совершенствование верхней подачи и приема мяча с подачи. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.89 | Занятие 891. Верхняя передача в прыжке.
2. Совершенствование прямого нападающего удара с поворотом влево.
3. Совершенствование верхней прямой подачи на силу.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.90 | Занятие 901. Совершенствование техники передач от подач и нападающих ударов.

2. Совершенствование тактического взаимодействия игроков команды при подачах противника. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.91 | Занятие 911. Совершенствование вторых передачи нападающих ударов с них.
2. Развитие наблюдательности при блокировании.

3. Совершенствование первых передач с подачи. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.92 | Занятие 921. Совершенствование передач от ударов и подач.

2. Совершенствование нападающих ударов после розыгрыша мяча и подачи. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.93 | Занятие 931. Совершенствование приемов передач от ударов и подач.

2. Совершенствование взаимодействия линий защиты при атаках противника. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.94 | Занятие 941. Совершенствование защиты и нападения.
2. Совершенствование тактических систем игры при подачах и закрепление пройденного в учебных играх.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.95 | Занятие 951. Тренировка защиты.
2. Совершенствование взаимодействия блокирующих игроков. Совершенствование приема мяча сверху и снизу двумя руками и второй передачи.

3. Совершенствование верхней передачи в прыжке.  |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.96 | Занятие 961. Совершенствование верхней передаче мяча назад за голову.
2. Совершенствование навыков верхней прямой подачи (на точность).
3. Совершенствование навыков прямого нападающего удара.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.97 | Занятие 971. Совершенствование верхней передаче мяча назад за голову.
2. Совершенствование приему мяча сверху с падением и перекатом на бедро и спину.
3. Совершенствование приема мяча от верхней прямой подачи.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.98 | Занятие 981. Совершенствование приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками.
2. Совершенствование приему мяча сверху с последующим падением.
3. Совершенствование верхней прямой подачи в прыжке.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.99 | Занятие 991. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками.
2. Совершенствование приему мяча сверху с падением и перекатом в сторону на бедро и спину.
3. Совершенствование навыков прямого нападающего удара.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.100 | Занятие 1001. Совершенствование защитных действий от переводов в партер захватом ног.
2. Совершенствование бросков прогибом, обвивом, вращением, зашагиванием.
3. Общая физическая подготовка.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.101 | Занятие 1011. Совершенствование навыков второй передачи.
2. Совершенствование защитным действиям.
3. Совершенствование индивидуальных тактических действий в нападении.
 |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.102 | Занятие 1021. Игровая тренировка. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.103 | Занятие 1031. Совершенствование навыков приему мяча сверху и снизу двумя руками.
2. Совершенствование передачи мяча в прыжке.

3. Совершенствование групповым тактическим действиям в нападении. |  | 2 |  |  |  |  | Контроль освоения на практике |
| 1.104 | Занятие 104Тестирование уровня физической и технической подготовленности. Определение уровня физической и технической подготовленности путем тестирования. |  | 3 |  |  |  |  | Тестирование |
|  | Зачет |  |  |  |  |  |  | 1 |
|  | **Всего часов за 2 семестр** |  | **105** |  |  |  |  | **1** |
|  | **ВСЕГО**  |  | **210** |  |  |  |  | **2** |

**ИНФОРМАЦИОННО – МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ**

***Форма контроля знаний***

Для объективной оценки знаний, умений и навыковстудента зачетные требования дифференцируются следующим образом:

1. Практический зачёт (регулярность посещения учебных занятий, приём контрольных нормативов и тестовых заданий, участие в различных спортивно-массовых мероприятиях и соревнованиях);
2. Теоретический зачёт (контроль теоретических знаний).
	* + 1. **Практический зачёт**

Обязательным условием допуска студента к выполнению зачетных нормативов является:

• регулярность посещения занятий, обеспечивающий необходимый уровень физического и функционального состояния организма;

• прохождение тестирования физической и специальной подготовленности.

Практический зачёт проводится в виде тестирования физической подготовленности и выполнений контрольных заданий по оценке уровня овладения двигательными способностями. К контрольному тестированию физической подготовленности допускаются студенты, прошедшие соответствующую функциональную подготовку. Основополагающим фактором практического критерия успеваемости является положительная динамика показателей в контрольных нормативах физической подготовленности.

Сроки и порядок приема контрольных нормативов устанавливаются преподавателями кафедры физического воспитания и спорта в течении учебного года.

Нормативы и оценка контрольных упражнений

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Контрольные упражнения, единицы измерения | Баллы |  |
| 10 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| Юноши |  |
| 1. Челночный бег «елочка», 92 м, с | 23,0 | 23,3 | 23,5 | 24,0 | 24,5 | 25,0 | 25,5 | 26,0 | 26,5 | 26,6 и более |
| 2. Метание набивного мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками, м | 20,0 | 19,5 | 19,0 | 18,5 | 18,0 | 17,5 | 17,0 | 16,5 | 16,0 | 15,9 и менее |
| 3. Прыжок вверх с места толчком двумя ногами, см | 72 | 70 | 68 | 65 | 63 | 60 | 58 | 55 | 53 | 52 и менее |
| 4. Передача мяча двумя руками сверху в опорном положении в круге диаметром 1 м, раз | 20 | 20 | 20 | 20 | 19 | 18 | 17 | 16 | 15 | 14 и менее |
| 5. Нападающий удар из зоны 4 или 2 на точность в зоны 1, 6, 5, раз | 6 | 6 | 6 | 5 | 5 | 4 | 3 | 3 | 2 | 1 |
| Девушки |  |
| 1. Челночный бег «елочка», 92 м, с | 26,0 | 26,2 | 26,5 | 27,0 | 27,5 | 28,0 | 28,5 | 29,0 | 29,5 | 29,6 и более |
| 2. Метание набивного мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками, м | 16,5 | 16,0 | 15,5 | 15,0 | 14,5 | 14,0 | 13,5 | 13,0 | 12,5 | 12,4 и менее |
| 3. Прыжок вверх с места толчком двумя ногами, см | 56 | 55 | 53 | 50 | 48 | 45 | 43 | 40 | 38 | 37 и менее |
| 4. Передача мяча двумя руками сверху в опорном положении в круге диаметром 1 м, раз | 20 | 20 | 20 | 20 | 19 | 18 | 17 | 16 | 15 | 14 и менее |
| 5. Нападающий удар из зоны 4 или 2 на точность в зоны 1, 6, 5, раз | 6 | 6 | 6 | 5 | 5 | 4 | 3 | 3 | 2 | 1 |

Условия выполнения контрольных упражнений

1.Челночный бег «елочка», 92 м, с. Выполняется на половине волейбольной площадки, боковые линии которой разделяются на три равные части. Старт и финиш – на середине лицевой линии. Каждый раз, возвращаясь к месту старта, обучающийся бежит вначале к первой точке, расположенной в трех метрах от угла на правой боковой линии, затем ко второй точке, составляющей пересечения линий нападения и боковой, затем к третьей точке на пересечении средней и боковой линий. Далее также три раза, но к левой боковой линии. Результат измеряется с точностью до 0,1 секунды (см. рисунок 1).



Рисунок 1

1. Метание набивного мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками, м. Абитуриент стоит у линии, ноги на ширине плеч, держит мяч двумя руками перед собой. Поднимая мяч вверх, производит замах двумя руками назад за голову, прогибаясь в поясничном и грудном отделе позвоночника, выполняет бросок мяча вперед. Наступать на линию запрещается. Засчитывается лучший результат из трех попыток.
2. Прыжок вверх с места толчком двумя ногами, см. Высота прыжка измеряется при помощи устройства для измерения высоты прыжка. Вначале у обучающегося производят замеры высоты, достигаемой вытянутой рукой вверх стоя на месте, а затем в прыжке. Высота прыжка определяется по разнице между показателями двух замеров. Результат измеряется с точностью до 1,0 сантиметра. Засчитывается лучший результат из трех попыток.
3. Передача мяча двумя руками сверху в опорном положении в круге диаметром 1 м, раз. Высота выполнения передачи не ниже 1,5 метра. Оценивается количество передач и техника выполнения.
4. Основные ошибки в технике исполнения: несимметричное положение кистей; большие пальцы направлены вперед; руки в локтевых суставах чрезмерно согнуты или выпрямлены; мяч принимается на уровне груди или за головой; отсутствие согласованности в движении рук, ног и туловища.

Критерии оценки:

10 – 20 передач выполнены без погрешностей в технике;

9 – 20 передач выполнены с одной ошибкой в технике исполнения;

8 – 20 передач выполнены с двумя ошибками в технике исполнения;

7 – 20 передач выполнены с тремя ошибками в технике исполнения;

6 – 19 передач выполнены без технических ошибок;

5 – 18 передач выполнены без ошибок в технике;

4 – 17 передач выполнены без ошибок в технике;

3 – 16 передач выполнены без ошибок в технике;

2 – 15 передач выполнены без ошибок в технике;

1 – 14 и менее передач выполнены без ошибок в технике;

5. Нападающий удар из зоны 4 или 2 на точность в зоны 1, 6, 5 по заданию, полученному в момент выпрыгивания. Удар по мячу должен наноситься над верхним краем сетки без касания ее мячом. После удара мяч направляется вниз в пределы площадки (каждому игроку дается 6 попыток).

Критерии оценки:

10 – шесть сильных нападающих ударов, выполненных технически безупречно;

9 – шесть сильных нападающих ударов, но в одном из выполненных нападающих ударов имеются незначительные ошибки в технике исполнения;

8 – шесть сильных нападающих ударов, но в двух из выполненных нападающих ударов имеются незначительные ошибки в технике исполнения;

7 – пять сильных нападающих ударов, выполненных технически правильно;

6 – пять нападающих ударов выполнены не сильно, но технически правильно;

5 – четыре нападающих удара выполнены не сильно, но технически правильно;

4 – три нападающих удара выполнены не сильно, но технически правильно;

3 – три нападающих удара выполнены не сильно и имеются ошибки в технике исполнения;

2 – два нападающих удара выполнены не сильно и имеются ошибки в технике исполнения;

1 – один нападающий удар выполнен не сильно и имеются ошибки в технике исполнения.

* + - 1. **Теоретический зачёт**

Теоретическую часть итогового контроля рекомендуется принимать после сдачи студентами нормативов по общей и специальной физической подготовке. Теоретический зачёт проводится в виде собеседования по разделам учебной программы.

Предполагается, что использование данной системы оценивания успеваемости студентов, занимающихся волейболом в группах физического воспитания, позволит повысить мотивацию к занятиям студентов и объективно определить оценку, используя специфические тестовые задания.

*Примерный перечень вопросов*

1. История возникновения и развития волейбола.

2. Основные приёмы игры в волейбол.

3. Разновидности волейбола.

4. Правила и техника игры в волейбол.

5. Техника основных движений и методика обучения им в волейболе.

6. Общая и специальная подготовка волейболистов.

7. Специфика игры и развитие физических качеств в волейболе.

8. Психологическая подготовка волейболистов.

9. Методика обучения технике волейбола.

10. Тактическая подготовка волейболистов.

11. Использование тренажёров в технической и физической подготовке волейболистов.

12. Структура системы подготовки волейболистов.

13. Гигиенические требования к подготовке спортсменов в волейболе.

14. Прыжковая подготовка волейболистов.

15. Техника игры в защите в волейболе.

16. Судейство в волейболе.

17. Современная тактика игры в волейбол.

18. Техника игры в нападении в волейболе.

19. Обучение нападающему удару волейболистов.

20. Виды подачи в волейболе.

21. Правила безопасности при занятиях волейболом.

**РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА**

***Основная литература***

1. Технико-тактическая подготовка в игровых видах спорта (волейбол): пособие для студентов всех специальностей дневной формы обучения / Д.Л.Грицев, В.В.Царун, Д.А.Хихлуха – Гомель: ГГТУ им. П.О.Сухого, 2020. -103 с.
2. Акулич, Л. И. Спортивные и подвижные игры (волейбол) : учеб. пособие / Л. И. Акулич, А. А. Пулатов, С. Ф. Ашуркова ; М-во высш. и сред. образования Респ. Узбекистан [и др.]. – Чирчик : УГУФКС, 2021. – 253 с.
3. Совершенствование технических приемов игры в волейбол на занятиях физической культурой в учреждении высшего образования : метод. указания / М-во образования Респ. Беларусь, Витеб. гос. технолог. ун-т ; [сост.: А. Г. Мусатов и др.]. – Витебск : ВГТУ, 2020. – 30 с. : ил. – Библиогр.: с. 28. – 0-70.
4. Фурманов, А. Г. Методика преподавания подвижных игр : учеб.-метод. пособие / А. Г. Фурманов ; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Гриф УМО Респ. Беларусь. – Минск : БГУФК, 2020. – 50 с.



***Дополнительная литература***

1. Журин А.В. Волейбол. Техника игры. Санкт-Петербург: Лань, 2021. 56 с.
2. Конеева Е.В. Спортивные игры: правила, тактика, техника. М.: Юрайт, 2021. – 322 с.
3. Фомин Е.В. Теоретико-методические аспекты спортивной подготовки

волейболистов. Вып. №26. М.: ВФВ, 2020. - 84 с.

1. Пащенко А.Ю. Красникова О.С. Методические основы обучения техническим приемам в волейболе: учебно-методическое пособие. Нижневартовск: изд-во НВГУ, 2021. - 85 с.
2. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания) : учебник / Л. П. Матвеев. – Москва : Спорт, 2021. – 520 с. – Режим доступа: по подписке: – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=695538
3. Баранов, Д. В. Физическая культура : тексты лекций / Д. В. Баранов, А. С. Малиновский, Ж. А. Зыкун. – Гомель : Полеспечать, 2020. – 168 с.

**ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЕ**

**ПО ИЗУЧАЕМОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ**

на 2025/2026 учебный год

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Дополнения и изменения | Основание |
|  | Обновлен список литературы (прилагается). | Замена устаревших источников |

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры физического воспитания и спорта

(протокол № 10 от 30.04.2025г.)

Заведующий кафедрой физвоспитания и спорта\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_К.К.Бондаренко

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической культуры\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_С.В.Севдалев

**ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЕ**

**ПО ИЗУЧАЕМОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ**

на 2025/2026 учебный год

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Дополнения и изменения | Основание |
|  | Скорректированы контрольные нормативы для аттестации обучающихся по учебной дисциплине«Физическая культура» (основное учебное отделение по волейболу) | Обновление нормативных требований по дисциплине «Физическая культура и спорт» для специальностей общего высшего образования |
|  | Скорректирована учебно-методическая карта | Изменение количества часов по дисциплине «Физическая культура» (основное учебное отделение по волейболу) |

 Протокол № 1 от 29.08.2025г.

Заведующий кафедрой физвоспитания и спорта\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_К.К.Бондаренко

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета физической культуры\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_С.В.Севдалев