

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ І  
ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ**

Кафедра фізичного виховання

**“ЗАТВЕРДЖУЮ”**

Декан гуманітарно-педагогічного факультету, доц.  
Інна САВИЦЬКА  
“ \_\_\_\_\_ ” \_\_\_\_\_ 2024 р.

**“СХВАЛЕНО”**

на засіданні кафедри фізичного виховання  
Протокол № \_\_\_\_\_ від \_\_\_\_\_ 2024 р.  
завідувач кафедри фізичного виховання  
\_\_\_\_\_ Микола КОСТЕНКО

**”РОЗГЛЯНУТО”**

Гарант ОПП  
«Фізична культура і спорт» (ОС «Бакалавр»),  
доцент кафедри фізичного виховання  
\_\_\_\_\_ Сава БРИНЗАК

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ  
ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ ВОЛЕЙБОЛУ**

Спеціальність: 017 «Фізична культура і спорт»  
освітньо-професійна програма: «Фізична культура і спорт»  
факультет (ННІ): Гуманітарно-педагогічний  
Розробники: канд. пед. наук, доцент, завідувач кафедри фізичного виховання  
Костенко М.П., старший викладач кафедри фізичного виховання  
Вишневський М.О.

## 1. Опис навчальної дисципліни

### ОК 20. «ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ ВОЛЕЙБОЛУ»

<b>Галузь знань, напрям підготовки, спеціальність, освітньо-кваліфікаційний рівень</b>	
Освітній ступінь	<i>бакалавр</i>
Галузь знань	<i>01 Освіта/Педагогіка</i>
Спеціальність	<i>017 «Фізична культура і спорт»</i>
Освітньо-професійна програма	<i>«Фізична культура і спорт»</i>
<b>Характеристика навчальної дисципліни</b>	
Вид	<i>Обов'язковий освітній компонент</i>
Загальна кількість годин	<i>120</i>
Кількість кредитів ECTS	<i>4</i>
Кількість змістових модулів	<i>3</i>
Курсовий проект (робота) (за наявності)	<i>Не передбачено</i>
Форма контролю	<i>Екзамен</i>
<b>Показники навчальної дисципліни для денної форми навчання</b>	
	<i>денна форма навчання</i>
Рік підготовки (курс)	<i>Другий (2 курс)</i>
Семестр	<i>четвертий</i>
Лекційні заняття	<i>14 год.</i>
Практичні, семінарські заняття	<i>46 год.</i>
Лабораторні заняття	<i>-</i>
Самостійна робота	<i>60 год.</i>
Індивідуальні завдання	<i>-</i>
Кількість тижневих аудиторних годин для денної форми навчання:	
аудиторних	<i>4 год.</i>
самостійна робота студента	<i>4 год.</i>

## **2. Мета, завдання, компетентності та програмні результати навчання**

**Метою дисципліни** «Теорія і методика викладання волейболу» є формування у студентів теоретичних і практичних знань зі спортивної гри волейбол, засвоєння необхідних навичок технічних дій з м'ячем та без м'яча, оволодіння методикою навчання основним технічним прийомом гри та тактичним взаємодіям.

### **Завдання дисципліни:**

- ознайомити студентів із історією розвитку спортивної гри волейбол у світі, Європі та Україні;
- навчити студентів основам техніки та методики навчання і організації навчально-тренувального процесу;
- сформувати знання та вміння з виконання технічних прийомів і тактичних дій у волейболі;
- сформувати практичні вміння і навички щодо самостійного проведення занять зі спортивної гри волейбол у тренерській діяльності.
- сформувати у студентів знання та вміння з організації та проведення змагань, методики суддівства змагань.

### ***Набуття компетентностей:***

#### **інтегральна компетентність (ІК):**

Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов

#### ***загальні компетентності (ЗК):***

ЗК 1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями

ЗК 4. Здатність працювати в команді.

ЗК 9. Навички міжособистісної взаємодії.

#### ***спеціальні (фахові, предметні) компетентності (СК):***

СК 2. Здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях.

СК 5. Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя.

СК 12. Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.

**результати навчання:**

ПРН 5. Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.

ПРН 7. Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами.

ПРН 8. Здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань.

ПРН 10. Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи.

ПРН 13. Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості.

**3. Програма та структура навчальної дисципліни для:**  
– повного терміну денної форми навчання

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин					
	денна форма					
	усього	у тому числі				
л		п	лаб	інд	с.р.	
1	2	3	4	5	6	7
<b>Змістовий модуль 1. Спортивна гра волейбол як засіб фізичної культури і спорту</b>						
Тема 1.1. Загальні положення та характеристика гри у волейбол	16	2	6			8
Тема 1.2. Правила змагань та суддівство у волейболі	16	2	6			8
Разом за змістовим модулем 1	32	4	12			16
<b>Змістовий модуль 2. Теоретичні та методичні засади підготовки волейболістів</b>						
Тема 2.1. Технічна підготовка у волейболі: методика викладання і контроль	24	2	10			12
Тема 2.2. Тактична підготовка у волейболі: методика викладання і контроль	24	2	10			12
Разом за змістовим модулем 2	48	4	20			24
<b>Змістовий модуль 3. Організація та проведення тренувальних занять і змагань з волейболу</b>						
Тема 3.1 Спортивні споруди та техніка безпеки у волейболі	12	2	4			6
Тема 3.2 Організація і проведення заняття з волейболу	16	2	6			8
Тема 3.3 Методика організації та проведення змагань з волейболу у сільській місцевості	12	2	4			6
Разом за змістовим модулем 3	40	6	14			20
Усього годин	120	14	46			60

**4. Теми практичних занять**

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
<b>Змістовий модуль 1</b>		
1	Історичні витоки та сучасні різновиди волейболу	2
2	Показники морфофункціонального розвитку юних волейболістів	2

3	Особливості фізичної підготовки волейболістів	2
4	Правила гри у волейбол	4
5	Функції та жести суддів у волейболі	2
	<b>Змістовий модуль 2</b>	
6	Технічна підготовка у волейболі та її значення. Техніка захисту: стійка, пересування, прийом-передача м'яча двома руками знизу, блокування нападаючого удару. Методика викладання. Методика контролю	2
7	Техніка нападу: стійка, прийом-передача двома руками зверху (різновиди, способи, умови застосування). Методика викладання. Методика контролю.	2
8	Техніка нападу: атакуючий розбіг і стрибок, прямий нападаючий удар, обвідний удар, скидання м'яча в першу лінію суперника (різновиди, способи, умови застосування), атака з другої лінії. Методика викладання. Методика контролю.	4
9	Техніка подач: верхня пряма подача, нижня пряма подача. Верхня і нижня бокова подача. Методика викладання. Методика контролю	2
10	Тактична підготовка у волейболі та її значення. Тактика захисту: індивідуальні, групові та командні дії. Методика викладання. Методика контролю.	2
11	Тактика нападу: індивідуальні дії: прихована передача (за спину або в лінію захисту). Групові дії. Методика викладання. Методика контролю.	4
12	Тактика нападу: командні дії. Навчальна гра. Методика викладання. Методика контролю.	4
	<b>Змістовий модуль 3</b>	
13	Підготовка та використання спортивних споруд у волейболі.	2
14	Техніка безпеки під час проведення занять і змагань з волейболу.	2
15	Організація і проведення тренувального заняття на підготовчому етапі	2
16	Організація і проведення тренувального заняття на етапі базової підготовки	2
17	Організація і проведення тренувального заняття на етапі спеціалізованої базової підготовки	2
18	Складання положення і регламенту змагань з волейболу	2
20	Складання календарного плану змагань з волейболу	2
	Всього годин	46

## 5. Теми самостійної роботи

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Основні досягнення українських спортсменів з волейболу на всеукраїнських та міжнародних змаганнях серед чоловічих й жіночих команд	4
2	Парковий волейбол як різновид футболу. Особливості, правила гри і суддівства	4
3	Пляжний волейбол як різновид футболу. Особливості, правила гри і суддівства	4
4	Вдосконалення та зміна офіційних правил та жестикуляція суддів у волейболі	4
5	Фізична підготовка волейболістів на етапах багаторічної підготовки футболістів	4
6	Особливості методики контролю фізичної підготовленості у волейболі	4
7	Особливості методики навчання індивідуальним технічним діям у волейболі	4
8	Особливості навчання технічних прийомів гравців залежно від амплуа	4
9	Особливості методики навчання груповим технічним діям у волейболі	4
10	Особливості методики навчання тактичним діям у волейболі	4
11	Аналіз тактичних схем на основі перегляду ігор з волейболу	4
12	Структура заняття при засвоєнні техніко-тактичних дій у волейболі	4
13	Особливості методики контролю техніки виконання основних ігрових прийомів у волейболі	4
14	Особливості організації обласних та районних змагань з волейболу	4
15	Особливості організації національного та європейського чемпіонатів з волейболу	4
	Всього	60

## 6. Зразки контрольних питань, тестів для визначення рівня засвоєння знань студентами

### Контрольні питання

1. Зародження, розвиток волейболу в світі.
2. Зародження і розвиток волейболу в Україні.
3. Техніка гри з волейболу, її класифікація.
4. Назвіть основні правила гри у волейбол.
5. Розкрийте функції гравців у волейболі.
6. Опишіть ігрові функції нападників у волейболі.
7. Опишіть ігрові функції ліберо.
8. Опишіть ігрові функції діаганального.

9. Опишіть ігрові функції блокуючого.
10. Місце розташування гравців у волейболі
11. Назвіть основні порушення гри у волейболі.
12. Назвіть основні елементи гри у волейболі.
13. Назвіть умови програшу м'яча в подачі.
14. Які основні фізичні якості має розвивати волейболіст?
15. Назвіть технічні елементи волейболу.
16. Техніка гри у нападі.
17. Техніка гри у захисті.
18. Розкрийте суть тактичних дій у нападі.
19. Розкрийте суть тактичних дій у захисті.
20. Який зміст підготовки зв'язуючих гравців у волейболі?
21. Який зміст підготовки нападаючих гравців у волейболі?
22. Який зміст підготовки ліберо у волейболі?
23. Який зміст підготовки блокуючих у волейболі?
24. Розкрийте зміст організації навчання в процесі тактичної підготовки.
25. Суть контролю в процесі тактичної підготовки
26. Правила гри у волейбол.
27. Методика арбітражу.
28. Системи та види змагань.
29. Структура оформлення конспекту уроку з волейболу.
30. Схарактеризуйте мету і основні завдання гри волейбол.
31. Опишіть ігровий майданчик для гри у волейбол.
32. Які види підготовки у волейбол ви знаєте?
33. Назвіть завдання і засоби загальної фізичної підготовки у волейболі
34. Назвіть завдання і засоби спеціальної фізичної підготовки у волейболі
35. Які методи розвитку швидкісно-силових якостей у волейболі?
36. Які методи розвитку швидкісних якостей у волейболі?
37. Які методи розвитку спритності у волейболі?
38. Які методи розвитку стрибучості у волейболі?
39. Які методи розвитку гнучкості у волейболі?
40. Охарактеризуйте етапи навчання технічним діям у волейболі.
41. Назвіть фактори, що обумовлюють удосконалення технічної майстерності волейболістів.
42. Назвіть етапи тактичної підготовки у волейболі.
43. Зміст підготовчої частини у волейболі. Спрямованість підготовчої частини.
44. Зміст основної частини заняття з волейболу.
45. Зміст заключної частини заняття з волейболу.
46. Зміст положення про змагання з волейболу?
47. Охарактеризуйте етапи організації змагань з волейболу.
48. Система змагань з волейболу?
49. Особливості організації змагань з волейболу у територіальних громадах.
50. Правила гри у парковий волейбол.



51. Підготовка споруд до гри у парковий волейбол
52. Правила гри у пляжний волейбол.
53. Підготовка споруд до гри у пляжний волейбол.
54. Техніка безпеки на занятті з волейболу
55. Техніка безпеки під час проведення змагань з волейболу.
56. Турова система змагань та її особливості.
57. Спортивний відбір у волейболі.
58. Які особливості організації обласних та районних змагань з волейболу?
59. Особливості організації національного чемпіонату з волейболу
60. Особливості організації Європейського чемпіонату з волейболу.

### Зразок екзаменаційного білету

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ			
ОКР ___ бакалавр ___ спеціальність ___ _017_ «Фізична культура і спорт»	Кафедра _фізичного виховання_  2024-2025 н. р.	ЕКЗАМЕНАЦІЙНИЙ БІЛЕТ № ___1___ з дисципліни  <u>Теорія і методика викладання волейболу</u>	Затверджую Зав. кафедри  Костенко М.П. _____ 2024 р.
<i>Екзаменаційні запитання</i>			
1. Зародження, розвиток волейболу в світі			
2. Охарактеризуйте етапи навчання технічним діям у волейболі			
<i>Тестові завдання різних типів</i>			
1. Вставте пропущене слово у реченні:			
<b>Тактична .... – це групова дія з чітким визначенням сюжету, де беруть участь гравці.</b>			
(у бланку відповідей подати одним словом)			
<b>2. Тактика спортивних ігор поділяється на:</b>			
1	Нападу і протидії;		
2	Нападу і захисту;		
3	Змагальну і тренувальну;		
4	Індивідуальну і групову.		
<b>. Розведіть технічні прийоми володіння м'ячем волейболіста за групами:</b>			
1. нападу	А. Подача		
2. захисту	В. Прийом		
	С. Атакуючий удар		
	Д. Нападаючий удар		
	Е. Блокування		
<b>4. Оберіть правильну відповідь. Спільна діяльність спортсменів, тренерів та фахівців щодо ефективної реалізації тренувальних ефектів в умовах офіційних змагань - це</b>			
1	Спортивні змагання		
2	Змагальна діяльність		
3	Спортивна діяльність		
4	Планування і контроль		

### 5. Які технічні прийоми використовуються у волейболі?

1	Подача
2	Атакуючий удар
3	Блокування
4	Кидок

### 6. Установіть відповідність між рівнями тактичної підготовки у спортивних іграх:

1. перший	А. Вивчення власне тактичних процесів: індивідуальних, групових та командних у нападі та захисті
2. другий	В. Розвиток у учнів певних фізичних, психічних та інтелектуальних якостей
3. третій	С. Формування тактичних умінь у процесі навчання прийомам гри (техніки)

### 7. Оберіть порушення правил гри у волейболі:

1.	Торкання м'яча одним гравцем один раз за один розіграш (блок до уваги не береться)
2.	Заступ за лицьову лінію під час подачі
3.	Порушення у розстановці
4.	Понад три дотики команди за розіграш

### 8. Результативність техніки обумовлюється її:

1	Стабільністю
2	Ефективністю
3	Планомірністю
4	Економічністю

### 9. Гравець у волейболі не має права:

1	Утримувати м'яч;	
2	Атакувати м'яч;	
3	Робити блокування;	
4	Робити подачу.	

### 10. Вставте пропущене слово у реченні:

..... *підготовка - виховання моральних, вольових і психічних якостей, які адекватні специфіці спортивної гри і сприяють формуванню особистості спортсменів і високої надійності змагальної діяльності*

## 7. Методи навчання

Під час лекційних занять застосовуються такі методи:

Словесні: лекція (усний виклад великого за обсягом та логічною побудовою навчального матеріалу, займає основну частину часу відповідних занять), розповідь, пояснення, бесіда.

Наочні: презентації на основі мультимедійного забезпечення, використання Smart технологій, відео.

У процесі лабораторних занять застосовується три групи методів: наочні (показ, перегляд відео, макети, стенди тощо); словесні (вказівки, розповідь, команди, пояснення, словесні оцінки тощо); практичні (вивчення в цілому, вивчення по частинах, метод варіативної вправи, метод підвідних вправ, ігровий і змагальний методи)

За ступенем управління навчальною діяльністю. Навчальна робота під керівництвом викладача. Самостійна робота студентів:

- робота з книгою, письмова робота, лабораторна робота, elearn;
- робота під керівництвом викладача;
- робота на навчально-інформаційному порталі НУБіП України, elearn;
- самостійна робота студентів (з підручниками, навчальними посібниками, науковими статтями); практичні (вивчення по частинах, метод підвідних вправ, ігровий і змагальний методи).

## 8. Форми контролю

У межах змістового модуля:

- бліцопитування знання теоретичного матеріалу;
- перевірка правильності виконання вправ на лабораторних заняттях;
- проміжна атестація (Модульна контрольна робота: нормативи з спеціальної фізичної і технічної підготовленості, що перевіряють знання та розуміння теоретичного матеріалу і ступінь підготовленості зі спортивної гри волейбол;
- самостійна робота (написання плану-конспекту тренувального заняття)

Підсумкова атестація:

- письмове опитування (тест, відкриті питання),
- усне опитування.

## 9. Розподіл балів, які отримують студенти.

Оцінювання знань студента відбувається за 100-бальною шкалою і переводиться в національні оцінки згідно з табл. 1 «Положення про екзамен та заліки у НУБіП України» (від 26.04.2023 р. № 10).

Рейтинг студента, бали	Оцінка національна за результати складання	
	екзаменів	заліків
90-100	Відмінно	Зараховано
74-89	Добре	
60-73	Задовільно	
0-59	Незадовільно	Не зараховано

Засвоєння здобувачем вищої освіти програмного матеріалу змістового модуля вважається успішним, якщо рейтингова оцінка його становить не менше, ніж 60 балів за 100-бальною шкалою.

Після проведення проміжних атестацій із змістових модулів (модульних контрольних робіт) і визначення їх рейтингових оцінок лектором дисципліни визначається рейтинг здобувача вищої освіти з навчальної роботи R<sub>HP</sub> (не більше 70 балів) за формулою:

$$R_{HP} = \frac{0,7 \cdot (R^{(1)}_{ЗМ} + \dots + R^{(n)}_{ЗМ})}{n}$$

де  $R^{(1)}_{ЗМ}$ ,  $R^{(n)}_{ЗМ}$  – рейтингові оцінки із змістових модулів за 100-бальною шкалою;

$n$  – кількість змістових модулів.

Рейтинг здобувача вищої освіти з навчальної роботи округлюється до цілого числа.

R зм визначається із сум балів за навчальну роботу, проміжної атестації (модульної контрольної роботи) та самостійної роботи (табл. 1).

Сума балів за навчальну роботу змістовного модуля 1 складається з сум балів за правильну відповідь на бліцопитування до 25 балів, наявності конспектів 9 лекцій по 3 бали за кожен, що дорівнює до 27 балів, виконання завдань самостійної роботи до 25 балів та підготовка студентами мультимедійної презентації, що дорівнює до 23 балів.

Сума балів за навчальну роботу змістовних модулів 2, 3, 4 складається із сум балів за правильну відповідь на бліцопитування і виконання студентами вправ з фізичної і технічної підготовки і разом дорівнює до 25 балів. Проведення окремих частин заняття, що дорівнює до 10 балів. Проміжна атестація складається із 5-ти нормативів з видів спортивних ігор кожний до 10 балів. Самостійна робота оцінюється написанням плану-конспекту тренувального заняття, що оцінюється до 15 балів.

$$R_{ЗМ} = R_{навч.} + R_{(пр. атест)} + R_{сп} = 100 \text{ балів}$$

Таблиця 1

**Розподіл балів за модулями**

<b>Види діяльності</b>	<b>Кількість балів</b>
<b>Змістовий модуль 1</b>	
<b>Спортивна гра волейбол як засіб фізичної культури і спорту</b>	<b>100</b>
Тематичні контрольні бліцопитування (тест)	25
Написання есе	25
Самостійна робота: підготовка мультимедійної презентації	25
Модульна контрольна робота	25
<b>Змістовий модуль 2</b>	
<b>Теоретичні та методичні засади підготовки волейболістів</b>	<b>100</b>
Тематичні контрольні бліцопитування (тест)	25
Виконання вправ з фізичної та технічної підготовки ( виконання	50

5-ти нормативів)	
Модульна контрольна робота	25
<b>Змістовий модуль 3</b> <b>Організація та проведення тренувальних занять і змагань з волейболу</b>	<b>100</b>
Тематичні контрольні бліцопитування (тест)	25
Написання плану-конспекту тренувального заняття	25
Самостійна робота студентів оцінюється написанням регламенту змагань з волейболу	25
Модульна контрольна робота	25

### Політика оцінювання

<b>Політика щодо дедлайнів та перескладання:</b>	Презентації, тестові завдання, доповіді, есе, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку. Перескладання модулів відбувається із дозволу викладача за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).
<b>Політика щодо академічної доброчесності:</b>	Презентації, тестові завдання, доповіді, есе повинні бути оформлені згідно зразку та мати коректні текстові посилання на використану літературу
<b>Політика щодо відвідування:</b>	Відвідування занять є обов'язковим. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування) навчання може відбуватись індивідуально (в он-лайн формі за погодженням із деканом факультету)

## 10. Критерії оцінювання навчальних досягнень студентів з курсу «Теорія і методика викладання волейболу»

Правильна відповідь, яка дається студентами на бліцопитуваннях оцінюється в 1 бал.

### 10.1 Написання педагогічного есе

Критерії оцінювання педагогічного есе: невелике за обсягом (80–100 слів), власні роздуми, чітка структура: теза, що висловлює авторську позицію на педагогічну проблему; аргументи 1–2 на користь власної тези, що є педагогічно обґрунтовані; висновки, які співзвучні з тезою висловлення. Враховується логічність, послідовність викладу педагогічно обґрунтованих думок, стиль викладу: авторський, довільний, грамотність оформлення. Враховується відповідність роботи граматичним, лексичним і стилістичним нормам української мови. Текст побудований на основі отриманих компетенцій з дисципліни. Педагогічне есе написане студентом оцінюється до **25** балів

### 10.2 Критерії оцінювання мультимедійної презентації

Мультимедійні презентації з дисципліни «Теорія і методика викладання волейболу», підготовлені студентами, оцінюються до **25** балів:

Оцінка, в балах	Критерії оцінювання
<b>20-25</b>	У презентації відображено глибоке розуміння та усвідомлення матеріалу, творчий підхід до поставлених задач. Містить описи, малюнки, фото, анімації – у кількості, виправданій змістом презентації. Робота виконана творчо і самостійно. Презентація характеризується оригінальністю.
<b>16-19</b>	Загалом презентація відповідає тематиці проекту і є досить інформативною. Містить малюнки, фото, анімації, але відсутні описи.
<b>12-15</b>	Презентація частково відповідає тематиці проекту. Містить малюнки, фото, анімації, але відсутні описи.
<b>8-11</b>	Презентація частково відповідає тематиці проекту. Містить лише малюнки, відсутні описи.
<b>1-7</b>	Презентація сфокусована на темі, але не висвітлює її. Наявна певна організаційна структура. Можуть бути фактичні помилки чи незрозумілості, але вони не значні.

### 10.3 Виконання нормативів фізичних і технічних вправ

Виконання нормативів фізичних і технічних вправ студентами оцінюється до **50** балів:

№	Нормативи	Стать	Бали									
			10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1	Стрибок в гору з місця, см.	ч	60	58	56	52	48	45	42	38	34	30
		ж	50	48	46	42	38	35	32	28	24	20
2	Човниковий біг 6м x 5разів, с.	ч	7,5	7,55	7,58	7,6	7,65	7,7	7,75	7,8	7,9	8,0
		ж	8,5	8,55	8,58	8,6	8,65	8,7	8,75	8,8	8,9	9,0
3	Прийом-передача двома руками зверху вгору не виходячи за периметр 3мx3м, разів		15	14	13	12	11	10	9	8	7	5
4	Прийом-передача двома руками знизу вгору не виходячи за периметр 3мx3м, разів		15	14	13	12	11	10	9	8	7	5
5	Виконання подач м'яча будь-яким способом у ліву і праву частину майданчика, з 5 спроб		3 в ліву, 2 вправу		2 в ліву, 2 вправу		2 в будь-яку, 1 в будь-яку		1 в ліву, 1 в праву		1 подача в будь-яку	

### 10.4. Критерії оцінювання плану-конспекту тренувального заняття

Написання плану-конспекту тренувального заняття студентами оцінюється до **25** балів:

Оцінка, в балах	Критерії оцінювання
<b>20 -25</b>	План-конспект складено відповідно до вимог
<b>16-19</b>	Помилки у термінологічній назві вправ і рухів
<b>10-15</b>	Помилки у порядку вирішення завдань
<b>5-9</b>	Кількість вправ ЗРВ не відповідає віковим особливостям спортсменів, помилки у порядку вирішення завдань
<b>0-4</b>	Кількість вправ ЗРВ не відповідає віковим особливостям спортсменів, значні помилки у порядку вирішення завдань

### ***10.5 Критерії оцінювання складання студентами екзамену***

1. Відповідь на одне екзаменаційне запитання, оцінюється до **10** балів ( 2 питання по **10** балів):

Оцінка, в балах	Критерії оцінювання
<b>9-10</b>	В повному обсязі володіє навчальним матеріалом, вільно самостійно та аргументовано його викладає під час усних виступів та письмових відповідей, глибоко та всебічно розкриває зміст теоретичних питань та практичних завдань, використовуючи при цьому обов'язкову та додаткову літературу.
<b>7-8</b>	Достатньо повно володіє навчальним матеріалом, обґрунтовано його викладає під час усних виступів та письмових відповідей, в основному розкриває зміст теоретичних питань та практичних завдань, використовуючи при цьому обов'язкову літературу. Але при викладанні деяких питань не вистачає достатньої глибини та аргументації, допускаються при цьому окремі несуттєві неточності та незначні помилки.
<b>5-6</b>	В цілому володіє навчальним матеріалом викладає його основний зміст під час усних виступів та письмових відповідей, але без глибокого всебічного аналізу, обґрунтування та аргументації, без використання необхідної літератури допускаючи при цьому окремі суттєві неточності та помилки.
<b>3-4</b>	Не в повному обсязі володіє навчальним матеріалом. Фрагментарно, поверхово (без аргументації та обґрунтування) викладає його під час усних виступів та письмових відповідей, недостатньо розкриває зміст теоретичних питань та практичних завдань, допускаючи при цьому суттєві неточності.
<b>1-2</b>	Частково володіє навчальним матеріалом не в змозі викласти зміст більшості питань теми під час усних виступів та письмових відповідей, допускаючи при цьому суттєві помилки.

2. Написання тестових завдань, оцінюється до 10 балів.

За кожен правильну відповідь на питання, студент отримує 1 бал (10 питань\*1 бал = 10 балів).

## **11. Навчально-методичне забезпечення**

Методичним забезпеченням навчальної дисципліни «Теорія і методика викладання волейболу» є:

- Навчальний план підготовки майбутнього фахівця першого (бакалаврського) рівня вищої освіти за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт.

- «Положення про екзамени та заліки у Національному університеті біоресурсів і природокористування України» (затверджено вченою радою НУБіП України від 26.04.2023 р. протокол № 10);

- ця робоча програма;

- методичні рекомендації: Вишневський М.О., Хижняк А.А., Мирошніченко В.О. Волейбол: відбір, методика навчання, проведення змагань. Методичні рекомендації для студентів освітнього ступеня «Бакалавр» спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Київ: НУБіП України, 2023. 50 с.

- завдання для самосійної роботи студентів;

- контрольні питання для поточного і підсумкового контролю;

- слайди, відео фрагменти навчального матеріалу;

- електронні презентації навчального матеріалу.

## 12. Рекомендовані джерела інформації

### Основні:

1. Бондаренко В.В., Ціпов'яз А.Т. Методика навчання елементам техніки волейболу. Навчально-методичний посібник. Кременчук: Методичний кабінет, 2018. 120 с.

2. Вишневський М.О., Хижняк А.А., Мирошніченко В.О. Волейбол: відбір, методика навчання, проведення змагань. Методичні рекомендації для студентів освітнього ступеня «Бакалавр» спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Київ: НУБіП України, 2023. 50 с.

3. Вознюк Т.В., Ковальчук А.А., Ковальчук О.В. Волейбол у закладах вищої освіти: навчальний посібник. Вінниця: ТОВ «Твори», 2019. 280 с.

4. Жула В.П. Волейбол. Методика навчання: Навчально-методичний посібник для студентів ЗВО спеціальностей 017 «Фізична культура і спорт» та 014 «Середня освіта, фізична культура». Чернігів: НУЧК імені Т.Г. Шевченка, 2021. 58 с.

5. Костюкевич М.В. Організація і проведення змагань зі спортивних ігор. 2-ге вид. перероб. та доповн.: навч. посіб. / В.М. Костюкевич. К. 2017. 216 с.

6. Кулаков Ю.Є., Вертелецький О.І. Тактика гри у волейбол / Ю.Є. Кулаков, О.І. Вертелецький, Миколаїв: МНУ. 2019. 124 с.

7. Носко М.О. Волейбол у фізичному вихованні студентів: [підручник] / М.О. Носко, О.А. Архипов, В.П. Жула. К.: «МП Леся», 2015. 396 с.

8. Радченко О. В. Методика навчання основ техніки з волейболу : метод.



рекомендації / О. В. Радченко, В. І. Смолюк, О. Д. Швай, Ю. Ю. Цюпак. Луцьк : Волинськ. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2022. 56 с.

9. Щепотіна Н.Ю., Поліщук В.М. Теорія і методика викладання спортивних ігор (волейбол): методичні рекомендації. Вінниця: ВДПУ, 2019. 48 с.

#### **Додаткові:**

1. Анісімов В.В., Помещикова І.П., Євтушенко І.М., Кудімова О.В. Стан оперативного мислення баскетболістів-аматорів. Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор і єдиноборств у вищих навчальних закладах. Т 2. Харків. 2018 С. 5-8

2. Барсукова Т. О. Волейбол в системі фізичного виховання здобувачів вищої освіти : навч. посіб. / Т. О. Барсукова, Г. В. Кучеренко, Ж. І. Антіпова. Одеса : Юридична література, 2023. 100 с.

3. Вишневский Н.А., Белявский И.В. Особенности психологической подготовки волейболистов перед соревнованиями. Теорія і практика фізичного виховання. ДНУ: Випуск 1. 2013. С. 259-265

4. Левадний О.М., Вишневський М.О., Белявський І.В. Проблеми соціальної адаптації спортсменок після завершення спортивної кар'єри. Теорія і практика фізичного виховання. ДНУ: Випуск 2. 2013. С. 275-282

5. Волейбол з методикою викладання [Текст]: конспект лекцій для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти освітньо-професійної програми «Середня освіта (фізична культура)» галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 014 Середня освіта (фізична культура), денної та заочної форм навчання / уклад. О.В. Радченко, В.П. Констанкевич - Луцьк : Луцький НТУ, 2019. 110 с.

6. Волошко, Г. В. Фасилітативний підхід у діяльності викладача як сучасний напрям реформування вищої освіти. Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології, 2016. 9 (63), 96-106.

7. Грабовський Ю. А. Масова фізична культура і спорт: основи організації та методики : навч. посіб. для студентів вищ. закл. освіти галузі знань: 0102. Херсон. держ. ун-т. Херсон : 2014. 231 с.

8. Грибан Г. П. Термінологічний словник з фізичної культури і спорту. Житомир: Рута, 2016. 99 с.

9. Костенко М. П., Путров С. Ю., Кротов Г.В., Костенко С. В. Модель підготовки тренерів до формування групової рефлексивності спортсменів в ігрових видах спорту. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні

проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) Випуск 1 (159) 2023 С. 87 – 93.

10. Костюкевич В.М., Вознюк Т.В., Драчук А.І. Теорія і методика викладання спортивних ігор. Вінниця: Планер, 2012. 228 с.

11. Кошура А.В. Теорія і методика спортивних тренувань : навч. посіб. Чернівці : Чернівець. нац. ун-тім. Ю.Федьковича, 2021. 120с.

12. Левадний О.М., Вишневський М.О., Белявський І.В. Проблеми соціальної адаптації спортсменок після завершення спортивної кар'єри. Теорія і практика фізичного виховання. ДНУ: Випуск 2. 2013. С. 275-282

13. Методичні вказівки "Методика навчання техніки гри у волейбол" [Електронний ресурс] : для студентів НТУ "ХПІ" денної форми навчання усіх спеціальностей з дисципліни "Фізичне виховання" / уклад.: І. А. Недбайло [та ін.] ; Нац. техн. ун-т "Харків. політехн. ін-т". Електрон. текст. дані. Харків, 2023. 35 с.

14. Основи тактичної підготовки з волейболу на факультативних заняттях : методичні вказівки / Уклад. А. А. Чхань, О. А. Колос. Вінниця : ВНТУ, 2021. 22 с.

15. Синіговець І.В. Допоміжні види спортивних ігор для занять з фізичної культури в школі: навчально-методичний посібник для студентів ВНЗ факультету фізичного виховання, вчителів з фізичної культури ЗОШ та тренерів ДЮСШ / Упорядник І.В. Синіговець. Чернігів: Чернігівський національний педагогічний університет імені Т.Г. Шевченка, 2011. 92 с.

16. Туровський В. В., Носко М. О., Осадчий О. В., Гаркуша С. В., Жула Л. В. Волейбол. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю. Республіканський науково-методичний кабінет Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту. Київ, 2009 р. 138 с.

17. Фізичне виховання. Волейбол [Електронний ресурс]: навчальний посібник для здобувачів ступеня бакалавра / Міщук Д. М., Сироватко З. В., Абрамов С. А., Томашевський Д. В., Довгопол Е. П. ; КПІ ім. Ігоря Сікорського. Електронні текстові дані (1 файл: 4,86 Мбайт). Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2021. 129 с.

18. Яковлів В. Л. Основи управління підготовкою юних спортсменів : навч. посіб. Вінниця: Нілан-ЛТД, 2016. 271 с.

#### **Інформаційні ресурси:**

1. Волейбол. Контрольні вправи і нормативи.

URL: [https://pulvinar.blogspot.com/2012/02/blog-post\\_9945.html](https://pulvinar.blogspot.com/2012/02/blog-post_9945.html)

(Дата звернення: 09.07.2023 р.).

2. Основні правила волейболу (із зображеннями)

URL:<https://uk.warbletoncouncil.org/reglas-basicas-voleibol-4612>

(Дата звернення: 09.07.2023 р.).

3. Офіційні правила волейболу. 2017-2020

URL: [https://fvu.in.ua/sites/default/files/2021-09/Pravyla\\_2017-2020.pdf](https://fvu.in.ua/sites/default/files/2021-09/Pravyla_2017-2020.pdf)

(Дата звернення: 09.07.2023 р.).

4. Офіційний сайт Федерації волейболу України – Режим доступу :  
<https://www.fvu.in.ua/>

5. Зміни до правил з волейболу:

[https://fvu.in.ua/sites/default/files/documents/rules\\_zmini\\_2022\\_2024.pdf](https://fvu.in.ua/sites/default/files/documents/rules_zmini_2022_2024.pdf)

(Дата звернення: 09.07.2023 р.).