Приложение 5

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»
Институт экономики, информационных технологий и креативных индустрий
Кафедра физического воспитания

УТВЕРЖДАЮ:
Директор института



Т. М. Кожевникова
«17» июня 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дисциплине Б1.О.ДВ.01.3 Волейбол

Направление подготовки/специальность: 38.03.02 - Менеджмент

Профиль/направленность/специализация: Менеджмент организации

Уровень высшего образования: бакалавриат

Квалификация: Бакалавр

год набора: 2022

Тамбов, 2026

Автор программы:
Кандидат педагогических наук, доцент Ивинский Дмитрий Владимирович

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 38.03.02 - Менеджмент (уровень бакалавриата) (приказ Министерства науки и высшего образования РФ от «12» августа 2020 г. № 970).

Рабочая программа принята на заседании Кафедры физического воспитания «26» августа 2025 г. Протокол № 1

Рассмотрена и одобрена на заседании Ученого совета Института экономики, информационных технологий и креативных индустрий, Протокол от «17» июня 2026 г. № 10.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи дисциплины…… 4

2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавриата……. 5

3. Объем и содержание дисциплины…… 5

4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства…… 11

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)…….. 18

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины…… 20

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы……. 21

1. Цели и задачи дисциплины

1.1 Цель дисциплины – формирование компетенций:

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

1.2 Типы задач профессиональной деятельности, к которым готовятся обучающиеся в рамках освоения дисциплины:

- информационно-аналитический
- организационно-управленческий

1.3 Дисциплина ориентирована на подготовку обучающихся к профессиональной деятельности в сферах: 07 Административно-управленческая и офисная деятельность, 08 Финансы и экономика

1.4 В результате освоения дисциплины у обучающихся должны быть сформированы:

Обобщенные трудовые функции / трудовые функции / трудовые или профессиональные действия (при наличии профстандарта)	Код и наименование компетенции ФГОС ВО, необходимой для формирования трудового или профессионального действия	Индикаторы достижения компетенций
	УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма

1.5 Согласование междисциплинарных связей дисциплин, обеспечивающих освоение компетенций:

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

№ п/п	Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи	Форма обучения							
		Очно-заочная (семестр)							
		1	2	3	4	5	6	7	8
1	Атлетическая гимнастика			+	+	+	+	+	
2	Настольный теннис			+	+	+	+	+	
3	Общий курс физической подготовки								+
4	Оздоровительная аэробика			+	+	+	+	+	
5	Плавание			+	+	+	+	+	
6	Спортивные игры			+	+	+	+	+	
7	Стрельба			+	+	+	+	+	
8	Физическая культура и спорт	+	+						
9	Футбол			+	+	+	+	+	

2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавриата:

Дисциплина «Волейбол» относится к обязательной части учебного плана ОП по направлению подготовки 38.03.02 - Менеджмент.

Дисциплина «Волейбол» изучается в 3, 4, 5, 6, 7 семестрах.

3.Объем и содержание дисциплины

3.1.Объем дисциплины:

Вид учебной работы	Очно-заочная (всего часов)
Общая трудоёмкость дисциплины	**328**
Контактная работа	100
Практические (Практ. раб.)	100
Самостоятельная работа (СР)	228
Зачет	-

3.2.Содержание курса:

№ темы	Название раздела/темы	Вид учебной работы, час.		Формы текущего контроля
		Практ. раб.	СР	
		О-З	О-З	
3 семестр				
1	Обучения технике верхних передач	4	12	практическое выполнение; Тестирование
2	Обучение технике передач снизу	4	12	практическое выполнение
3	Обучение технике нижней прямой подачи	6	14	практическое выполнение
4	Обучение технике нижней боковой подачи	6	14	практическое выполнение; Тестирование
4 семестр				
5	Обучение технике верхней прямой подачи	4	12	практическое выполнение; Тестирование
6	Обучение техники верхней боковой подачи	4	12	практическое выполнение
7	Обучение укороченной подачи	6	14	практическое выполнение; Тестирование

8	Обучение технике передач в прыжке (отбивание кулаком выше верхнего края сетки)	6	14	практическое выполнение
5 семестр				
9	Обучение технике нападающих ударов	4	12	практическое выполнение; Тестирование
10	Обучение технике приема подач	4	12	практическое выполнение
11	Обучение технике приема мяча с падением	6	14	практическое выполнение; Тестирование
12	Обучение технике блокирования (подвижное, неподвижное)	6	14	практическое выполнение
6 семестр				
13	Обучение и совершенствовани е индивидуальных действий	4	12	практическое выполнение; Тестирование
14	Обучения индивидуальным тактическим действиям	4	12	практическое выполнение
15	Обучения индивидуальным тактическим действиям при выполнении первых передач на удар	6	14	практическое выполнение; Тестирование
16	Обучение тактике нападающих ударов	6	14	практическое выполнение
7 семестр				
17	Обучение индивидуальным тактическим действиям блокирующего игрока	4	4	практическое выполнение; Тестирование
18	Обучение отвлекающим действиям при нападающем ударе	4	4	практическое выполнение

19	Обучение групповым действиям в защите внутри линии и между линиями	6	6	практическое выполнение; Тестирование
20	Обучение индивидуальным тактическим действиям при приеме подач	6	6	практическое выполнение

Тема 1. Обучения технике верхних передач (УК-7)

Лекция.

не предусмотрено

Практическое занятие.

Техника передачи двумя руками сверху.

Техника передачи в прыжке над собой, назад

(короткие, средние, длинные).

Двумя с поворотом, без поворота одной рукой.

Двухсторонняя игра.

Задания для самостоятельной работы.

Правила техники безопасности на занятиях спортиграми «Волейбол». Общие требования безопасности. Специальные требования безопасности.

Тема 2. Обучение технике передач снизу (УК-7)

Лекция.

не предусмотрено

Практическое занятие.

Подводящие упражнения с набивными мячами;

Имитационные упражнения с волейбольными мячами;

Специальные упражнения индивидуально у стены;

Специальные упражнения в группах через сетку;

Упражнения для обучения передаче одной снизу

Двухсторонняя игра

Задания для самостоятельной работы.

Оказание первой доврачебной помощи при травмах в спортивном зале (ушибах, вывихах, сотрясении мозга)

Тема 3. Обучение технике нижней прямой подачи (УК-7)

Лекция.

не предусмотрена

Практическое занятие.

Подводящие упражнения для обучения нижней прямой подаче.

Специальные упражнения для обучения нижней прямой подаче

Двухсторонняя игра.

Задания для самостоятельной работы.

Необходимость разминки на занятиях спортивных игр «Волейбол». Гигиена врачебный контроль и самоконтроль.

Тема 4. Обучение технике нижней боковой подачи (УК-7)

Лекция.

не предусмотрена

Практическое занятие.

Подводящие упражнения для обучения нижней боковой подаче.

Специальные упражнения для обучения нижней боковой подаче

Двухсторонняя игра

Задания для самостоятельной работы.

Теоретическое изучение организации учебно-тренировочного процесса, методики построения тренировочных занятий для начинающих спортсменов.

Тема 5. Обучение технике верхней прямой подачи (УК-7)

Лекция.

Не предусмотрена.

Практическое занятие.

Подводящие упражнения для обучения верхней прямой подаче.

Специальные упражнения для обучения верхней прямой подаче.

Двухсторонняя игра

Задания для самостоятельной работы.

Методы развития силовых качеств. Дать характеристику, значение и содержание частей занятий спортивной игры «Волейбол». Недельный двигательный режим.

Тема 6. Обучение техники верхней боковой подачи (УК-7)

Лекция.

не предусмотрена

Практическое занятие.

Подводящие упражнения для обучения верхней боковой подаче.

Специальные упражнения для обучения верхней боковой подаче.

Двухсторонняя игра.

Задания для самостоятельной работы.

Теоретическое изучение методики построения тренировочных занятий для высококвалифицированных спортсменов

Тема 7. Обучение укороченной подачи (УК-7)

Лекция.

не предусмотрена

Практическое занятие.

Специальные упражнения для обучения укороченной подаче.

Подача на точность.

Двухсторонняя игра.

Задания для самостоятельной работы.

Методы развития выносливости

Тема 8. Обучение технике передач в прыжке (отбивание кулаком выше верхнего края сетки) (УК-7)

Лекция.

не предусмотрена

Практическое занятие.

Подводящие упражнения для обучения: с набивными мячами, с баскетбольными мячами.

Специальные упражнения в парах на месте;
Специальные упражнения в парах с перемещением;
Специальные упражнения в тройках.
Специальные упражнения у сетки.
Двухсторонняя игра

Задания для самостоятельной работы.

Планирование нагрузки на занятиях. Методы развития гибкости.

Тема 9. Обучение технике нападающих ударов (УК-7)

Лекция.

Не предусмотрена

Практическое занятие.

Подводящие упражнения с набивным мячом.
Упражнения для обучения выпрыгивания.
Упражнения для обучения замаха и удару по мячу.
Специальные упражнения у стены в опорном положении.
Специальные упражнения у стены в прыжке (в парах).
Специальные упражнения с мячом и резиновыми амортизаторами.
Специальные упражнения на подкидном мостике.
Специальные упражнения в парах через сетку
Двухсторонняя игра

Задания для самостоятельной работы.

Методы развития быстроты

Тема 10. Обучение технике приема подач (УК-7)

Лекция.

не предусмотрена

Практическое занятие.

Упражнения для обучения перемещению игрока.
Имитационные упражнения с баскетбольными мячами по технике приема подачи (на месте, после перемещения);
Специальные упражнения в парах без сетки;
Специальные упражнения в тройках без сетки;
Специальные упражнения в паре через сетку
Двухсторонняя игра

Задания для самостоятельной работы.

Выбор нагрузки и ее дозирование на занятиях спортивными играми «Волейбол».

Тема 11. Обучение технике приема мяча с падением (УК-7)

Лекция.

не предусмотрена

Практическое занятие.

На спину, бедро-спину, набок, на голени,
кувырок, на руки - грудь
Двухсторонняя игра

Задания для самостоятельной работы.

Методы развития специальных двигательных качеств волейболиста.

Тема 12. Обучение технике блокирования (подвижное, неподвижное) (УК-7)

Лекция.

не предусмотрена

Практическое занятие.

Упражнения для обучения перемещению блокирующих игроков;

Имитационные упражнения по технике блокирования (на месте, после перемещения).

Имитационные упражнения по технике блокирования с мячами (в паре).

специальные упражнения по технике

Блокирования через сетку (в паре).

Упражнения по технике группового блока (имитационные, специальные)

Двухсторонняя игра

Задания для самостоятельной работы.

Составить примерный комплекс ОРУ для пояса верхних конечностей.

Тема 13. Обучение и совершенствование индивидуальных действий (УК-7)

Практическое занятие.

Групповые взаимодействия. Характеристика командных действий в нападении. Условные названия тактических действий в нападении. Функции игроков. Взаимодействие игроков внутри линии и между линиями. Определение эффективности игры в нападении игроков и команды в целом

Двухсторонняя игра

Задания для самостоятельной работы.

Многолетнее планирование тренировки

Тема 14. Обучения индивидуальным тактическим действиям (УК-7)

Лекция.

не предусмотрено

Практическое занятие.

При выполнении вторых передач, подбор упражнений, составление комплексов упражнений для развития быстроты перемещений.

Двухсторонняя игра

Задания для самостоятельной работы.

Годовой план тренировочного процесса, его содержание и методика составления.

Тема 15. Обучения индивидуальным тактическим действиям при выполнении первых передач на удар (УК-7)

Лекция.

не предусмотрена

Практическое занятие.

Обучение технике передаче в прыжке: отвлекающие действия при вторых передачах. Подбора упражнений для воспитания быстроты ответных действий. Упражнения на расслабления и растяжения. Обучение технике бокового нападающего удара, подаче в прыжке. Подбор упражнений для совершенствования ориентировки игрока. Обучения тактике подач, подач в прыжке СФП. Подбор упражнений для развития ловкости, гибкости.

Двухсторонняя игра

Задания для самостоятельной работы.

Месячное и недельное планирование тренировочного процесса.

Тема 16. Обучение тактике нападающих ударов (УК-7)

Лекция.

не предусмотрена

Практическое занятие.

Нападающий удар задней линии. СФП. Подбор упражнений для развития специальной силы. Двухсторонняя игра

Задания для самостоятельной работы.

Контроль и учет тренировочного процесса

Тема 17. Обучение индивидуальным тактическим действиям блокирующего игрока (УК-7)

Лекция.

не предусмотрена

Практическое занятие.

Упражнения для развития прыгучести. Нападающий удар толчком одной ноги. Двухсторонняя игра

Задания для самостоятельной работы.

Виды, задачи и средства тактической подготовки.

Тема 18. Обучение отвлекающим действиям при нападающем ударе (УК-7)

Лекция.

не предусмотрена

Практическое занятие.

Упражнения для развития гибкости. Обучение технико-тактическим действиям нападающего игрока (блок-аут). Упражнения для развития силы (гантели, эспандер). Обучение переключению внимания и переходу от действий защиты к действиям в атаке (и наоборот). Упражнения для развития быстроты перемещений. Двухсторонняя игра

Задания для самостоятельной работы.

Психологическая подготовка спортсмена, ее виды.

Тема 19. Обучение групповым действиям в защите внутри линии и между линиями (УК-7)

Лекция.

не предусмотрена

Практическое занятие.

Подбор упражнений для воспитания прыгучести и прыжковой ловкости волейболиста. Двухсторонняя игра

Задания для самостоятельной работы.

Психологическая подготовка к тренировочному процессу.

Тема 20. Обучение индивидуальным тактическим действиям при приеме подач (УК-7)

Лекция.

не предусмотрена

Практическое занятие.

Обучение приему мяча от сетки. Обучения индивидуальным тактическим действиям при приеме нападающих ударов. Развитие координации. Учебная игра. Двухсторонняя игра

Задания для самостоятельной работы.

Психологическая подготовка к соревнованиям.

4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства

4.1. Распределение баллов:

3 семестр

- посещаемость – 10 баллов
- текущий контроль – 70 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый

- премиальные баллы – 15 баллов

Распределение баллов по заданиям:

№ темы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Max. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки
1.	Обучения технике верхних передач	практическое выполнение	20	20 баллов - 20 раз и более 11-19 баллов - 15-19 раз 1-10 баллов - 10-14 раз Менее 10 раз баллов не дает
		Тестирование(контрольный срез)	10	10 баллов – 210 см. (Ю); 200 см. (Д) 5-9 баллов – 200 см. (Ю); 180 см. (Д) 1-4 баллов – 190 см. (Ю); 170 см. (Д) Менее 190 см (Ю), 170 см (Д) баллов не дает.
2.	Обучение технике передач снизу	практическое выполнение	20	20 баллов - 20 раз и более 11-19 баллов - 15-19 раз 1 -10 баллов - 10-14 раз Менее 10 раз баллов не дает
3.	Обучение технике нижней прямой подачи	практическое выполнение	20	20 баллов – более 7 раз 11-19 баллов - 7-6 раз 1-10 баллов - 5-4 раз Менее 4 раз баллов не дает
4.	Обучение технике нижней боковой подачи	практическое выполнение	10	10 баллов – более 7 раз 5 -9 баллов - 7-6 раз 1-4 баллов - 5-4 раз Менее 4 раз баллов не дает
		Тестирование(контрольный срез)	10	10 баллов – 130 раз 5-9 баллов – 100 раз 1-4 баллов – 70 раз Менее 70 раз баллов не дает
5.	Посещаемость		10	10 баллов – студент посетил все 100% занятий 7-9 баллов – студент посетил не менее 80% занятий 4-6 баллов – студент посетил не менее 50% занятий 1-3 балла - студент посетил не менее 25% занятий Если студент посетил не менее 25% занятий, баллы не начисляются
6.	Премиальные баллы		15	15 баллов студент учавствует в студенческой спартакиаде
7.	Итого за семестр		100	

4 семестр

- посещаемость – 10 баллов
- текущий контроль – 70 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый
- премиальные баллы – 15 баллов

Распределение баллов по заданиям:

№ темы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Max. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки
1.	Обучение технике верхней прямой подачи	практическое выполнение	20	20 баллов – более 7 раз 11-19 баллов - 7-6 раз 1-10 баллов - 5-4 раз Менее 4 раз баллов не дает

		Тестирование(контрольный срез)	10	10 баллов – 11 см и более 5-9 баллов – 8-10 см 1-4 баллов – 5-7 см Менее 4 см баллов не дает
2.	Обучение техники верхней боковой подачи	практическое выполнение	20	20 баллов – более 7 раз 11-19 баллов - 7-6 раз 1-10 баллов - 5-4 раз Менее 4 раз баллов не дает
3.	Обучение укороченной подачи	практическое выполнение	10	10 баллов – более 7 раз 5-9 баллов - 7-6 раз 1-4 баллов - 5-4 раз Менее 4 раз баллов не дает
		Тестирование(контрольный срез)	10	10 баллов – студент технически правильно выполняет упражнение (15 раз и более) 5-9 баллов – студент технически правильно выполняет упражнение (9-14 раз) 1-4 баллов – студент технически правильно выполняет упражнение (3-8 раз) Менее 3 раз баллов не дает
4.	Обучение технике передач в прыжке (отбивание кулаком выше верхнего края сетки)	практическое выполнение	20	20 баллов – более 8раз 11-19 баллов - 8-6 раз 1-10 баллов - 5-4 раз Менее 4 раз баллов не дает
5.	Посещаемость		10	10 баллов – студент посетил все 100% занятий 7-9 баллов – студент посетил не менее 80% занятий 4-6 баллов – студент посетил не менее 50% занятий 1-3 балла - студент посетил не менее 25% занятий Если студент посетил не менее 25% занятий, баллы не начисляются
6.	Премиальные баллы		15	15 баллов студент учавствует в студенческой спартакиаде
7.	Итого за семестр		100	

5 семестр

- посещаемость – 10 баллов
- текущий контроль – 70 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый
- премиальные баллы – 15 баллов

Распределение баллов по заданиям:

№ темы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Max. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки
1.	Обучение технике нападающих ударов	практическое выполнение	20	20 баллов – более 6 раз 11-19 баллов - 5-6 раз 1-10 баллов - 3-4 раз Менее 3 раз баллов не дает
		Тестирование(контрольный срез)	10	10 баллов – 140 раз 5-9 баллов – 110 раз 1-4 баллов – 80 раз Менее 80 раз баллов не дает

2.	Обучение технике приема подач	практическое выполнение	20	20 баллов – более 8 раз 11-19 баллов - 6-7 раз 11-10 баллов - 4-5 раз Менее 4 раз баллов не дает
3.	Обучение технике приема мяча с падением	практическое выполнение	20	20 баллов – более 7 раз 11-19 баллов - 6-7 раз 1-10 баллов - 4-5 раз Менее 4 раз баллов не дает
		Тестирование(контрольный срез)	10	10 баллов – 220 см. (Ю); 210 см. (Д) 5-9 баллов – 210 см. (Ю); 190 см. (Д) 1-4 баллов – 200 см. (Ю); 170 см. (Д) Менее 200 см (Ю), 170 см (Д) баллов не дает.
4.	Обучение технике блокирования (подвижное, неподвижное)	практическое выполнение	10	10 баллов – более 6 раз 5-9 баллов - 4-6 раз 1-4 баллов - 2-3 раз Менее 2 раз баллов не дает
5.	Посещаемость		10	10 баллов – студент посетил все 100% занятий 7-9 баллов – студент посетил не менее 80% занятий 4-6 баллов – студент посетил не менее 50% занятий 1-3 балла - студент посетил не менее 25% занятий Если студент посетил не менее 25% занятий, баллы не начисляются
6.	Премиальные баллы		15	15 баллов студент учавствует в студенческой спартакиаде
7.	Итого за семестр		100	

6 семестр

- посещаемость – 10 баллов
- текущий контроль – 70 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый
- премиальные баллы – 15 баллов

Распределение баллов по заданиям:

№ темы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Max. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки
1.	Обучение и совершенствование индивидуальных действий	практическое выполнение	20	20 баллов – более 10 раз 11-19 баллов - 8-10 раз 1-10 баллов - 6-7 раз Менее 6 раз баллов не дает
		Тестирование(контрольный срез)	10	10 баллов – студент технически правильно выполняет упражнение (16 раз и более) 5-9 баллов – студент технически правильно выполняет упражнение (10-15 раз) 1-4 баллов – студент технически правильно выполняет упражнение (4-9 раз) Менее 4 раз баллов не дает
2.	Обучения индивидуальным тактическим действиям	практическое выполнение	20	20 баллов – более 10 раз 11-19 баллов - 8-10 раз 1-10 баллов - 6-7 раз Менее 6 раз баллов не дает
3.	Обучения индивидуальным тактическим действиям при	практическое выполнение	20	20 балов – более 21 раз 11-19 баллов - 16-21 раз 1-10 баллов - 11-15 раз Менее 11 раз баллов не дает

	выполнении первых передач на удар	**Тестирование(контрольный срез)**	10	10 баллов – 12 см и более 5-9 баллов – 9-11 см 1-4 баллов – 6-8 см Менее 6 см баллов не дает
4.	Обучение тактике нападающих ударов	практическое выполнение	10	10 баллов – более 7 раз 5-9 баллов - 6-7 раз 1-4 баллов - 4-5 раз Менее 4 раз баллов не дает
5.	Посещаемость		10	10 баллов – студент посетил все 100% занятий 7-9 баллов – студент посетил не менее 80% занятий 4-6 баллов – студент посетил не менее 50% занятий 1-3 балла - студент посетил не менее 25% занятий Если студент посетил не менее 25% занятий, баллы не начисляются
6.	Премиальные баллы		15	15 баллов студент учавствует в студенческой спартакиаде
7.	Итого за семестр		100	

7 семестр

- посещаемость – 10 баллов
- текущий контроль – 70 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый
- премиальные баллы – 15 баллов

Распределение баллов по заданиям:

№ темы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Max. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки
1.	Обучение индивидуальным тактическим действиям блокирующего игрока	практическое выполнение	10	10 балов – более 7 раз 5-9 балов - 5-7 раз 1-4 балов - 3-6 раз Менее 3 раз баллов не дает
		Тестирование(контрольный срез)	10	10 баллов – 140 раз 5-9 баллов – 110 раз 1-4 баллов – 80 раз Менее 80 раз баллов не дает
2.	Обучение отвлекающим действиям при нападающем ударе	практическое выполнение	20	20 баллов – более 8 раз 11-19 баллов - 7-8 раз 1-10 баллов - 5-6 раз Менее 5 раз баллов не дает
3.	Обучение групповым действиям в защите внутри линии и между линиями	практическое выполнение	20	20 баллов – более 20 раз 11-19 баллов - 17-20 раз 1-10 баллов - 15-16 раз Менее 15 раз баллов не дает
		Тестирование(контрольный срез)	10	10 баллов – 225 см. (Ю); 215 см. (Д) 5-9 баллов – 215 см. (Ю); 195 см. (Д) 1-4 баллов – 205 см. (Ю); 175 см. (Д) Менее 205 см (Ю), 175 см (Д) баллов не дает.
4.	Обучение индивидуальным тактическим действиям при приеме подач	практическое выполнение	20	20 баллов – более 20 раз 11-19 баллов - 17-20 раз 1-10 баллов - 15-16 раз Менее 15 раз баллов не дает

5.	Посещаемость	10	10 баллов – студент посетил все 100% занятий 7-9 баллов – студент посетил не менее 80% занятий 4-6 баллов – студент посетил не менее 50% занятий 1-3 балла - студент посетил не менее 25% занятий Если студент посетил не менее 25% занятий, баллы не начисляются
6.	Премиальные баллы	15	15 баллов студент учавствует в студенческой спартакиаде
7.	Итого за семестр	100	

Итоговая оценка по зачету выставляется в 100-балльной шкале и в традиционной четырехбалльной шкале. Перевод 100-балльной рейтинговой оценки по дисциплине в традиционную четырехбалльную осуществляется следующим образом:

100-балльная система	Традиционная система
50 - 100 баллов	Зачтено
0 - 49 баллов	Не зачтено

4.2 Типовые оценочные средства текущего контроля

практическое выполнение

Тема 1. Обучения технике верхних передач

Передача мяча сверху двумя руками над собой.

Тема 2. Обучение технике передач снизу

Обучение техники передач снизу

Тема 3. Обучение технике нижней прямой подачи

Нижняя прямая подача

Тема 4. Обучение технике нижней боковой подачи

Нижняя боковая подача

Тема 5. Обучение технике верхней прямой подачи

Верхняя прямая подача (количество раз из 10)

Тема 6. Обучение техники верхней боковой подачи

Верхняя боковая подача (количество раз из 10).

Тема 7. Обучение укороченной подачи

Укороченная подача (количество раз из 10).

Тема 8. Обучение технике передач в прыжке (отбивание кулаком выше верхнего края сетки)

Передача мяча сверху двумя руками в парах на точность (в прыжке)

Тема 9. Обучение технике нападающих ударов

Наподдающий удар (количество раз из 10)

Тема 10. Обучение технике приема подач

Передача мяча снизу двумя руками над собой, не выходя из центрального баскетбольного круга

Тема 11. Обучение технике приема мяча с падением

Прием мяча с падением (количество раз из 10)

Тема 12. Обучение технике блокирования (подвижное, неподвижное)

Наподдающий удар (количество раз из 10)

Тема 13. Обучение и совершенствование индивидуальных действий

Передача мяча сверху двумя руками над собой, не выходя из центрального баскетбольного круга

Тема 14. Обучения индивидуальным тактическим действиям

Передача мяча снизу двумя руками над собой, не выходя из центрального баскетбольного круга.

Тема 15. Обучения индивидуальным тактическим действиям при выполнении первых передач на удар

Передача мяча сверху двумя руками над собой.

Тема 16. Обучение тактике нападающих ударов

Наподдающий удар (количество раз из 10)

Тема 17. Обучение индивидуальным тактическим действиям блокирующего игрока

Блокирование на месте или после перемещения (количество раз из 10)

Тема 18. Обучение отвлекающим действиям при нападающем ударе

Наподдающий удар (количество раз из 10)

Тема 19. Обучение групповым действиям в защите внутри линии и между линиями

Передача мяча сверху двумя руками в парах на точность

Тема 20. Обучение индивидуальным тактическим действиям при приеме подач

Передача мяча снизу двумя руками в парах на точность

Тестирование

Тема 1. Обучения технике верхних передач

Прыжок в длину с места

Тема 4. Обучение технике нижней боковой подачи

прыжки через скакалку
(за одну минуту, количество раз)

Тема 5. Обучение технике верхней прямой подачи

Наклон стоя на гимнастической скамейке (см)

Тема 7. Обучение укороченной подачи

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз)

Тема 9. Обучение технике нападающих ударов

прыжки через скакалку

(за одну минуту, количество раз)

Тема 11. Обучение технике приема мяча с падением

Прыжок в длину с места

Тема 13. Обучение и совершенствование индивидуальных действий

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз)

Тема 15. Обучения индивидуальным тактическим действиям при выполнении первых передач на удар

Наклон стоя на гимнастической скамейке (см)

Тема 17. Обучение индивидуальным тактическим действиям блокирующего игрока

прыжки через скакалку

(за одну минуту, количество раз)

Тема 19. Обучение групповым действиям в защите внутри линии и между линиями

Прыжок в длину с места

4.3 Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета

Типовые вопросы зачета (УК-7)

Техника безопасности на занятиях волейболом.

Средства развития физических способностей.

правила соревнований.

Типовые задания для зачета (УК-7)

Передача мяча сверху двумя руками в парах на точность

2. Передача мяча снизу двумя руками в парах на точность

4.4. Шкала оценивания промежуточной аттестации

Оценка	Компетенции	Дескрипторы (уровни) – основные признаки освоения (показатели достижения результата)
«зачтено» (50 - 100 баллов)	УК-7	Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма
«не зачтено» (0 - 49 баллов)	УК-7	Не может выбрать и подобрать здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма.

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

5.1 Методические указания по организации самостоятельной работы обучающихся:

Приступая к изучению дисциплины, в первую очередь обучающимся необходимо ознакомиться содержанием рабочей программы дисциплины (РПД), которая определяет содержание, объем, а также порядок изучения и преподавания учебной дисциплины, ее раздела, части.

Для самостоятельной работы важное значение имеют разделы «Объем и содержание дисциплины», «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» и «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы».

В разделе «Объем и содержание дисциплины» указываются все разделы и темы изучаемой дисциплины, а также виды занятий и планируемый объем в академических часах.

В разделе «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» указана рекомендуемая основная и дополнительная литература.

В разделе «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы» содержится перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для освоения дисциплины.

5.2 Рекомендации обучающимся по работе с теоретическими материалами по дисциплине

При изучении и проработке теоретического материала необходимо:

- просмотреть еще раз презентацию лекции в системе MOODLe, повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной дополнительной литературы;

- при самостоятельном изучении теоретической темы сделать конспект, используя рекомендованные в РПД источники, профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

- ответить на вопросы для самостоятельной работы, по теме представленные в пункте 3.2 РПД.

- при подготовке к текущему контролю использовать материалы фонда оценочных средств (ФОС).

5.3 Рекомендации по работе с научной и учебной литературой

Работа с основной и дополнительной литературой является главной формой самостоятельной работы и необходима при подготовке к устному опросу на семинарских занятиях, к дебатам, тестированию, экзамену. Она включает проработку лекционного материала и рекомендованных источников и литературы по тематике лекций.

Конспект лекции должен содержать реферативную запись основных вопросов лекции, в том числе с опорой на размещенные в системе MOODLe презентаци, основных источников и литературы по темам, выводы по каждому вопросу. Конспект может быть выполнен в рамках распечатки выдачи презентаций лекций или в отдельной тетради по предмету. Он должен быть аккуратным, хорошо читаемым, не содержать не относящуюся к теме информацию или рисунки.

Конспекты научной литературы при самостоятельной подготовке к занятиям должны содержать ответы на каждый поставленный в теме вопрос, иметь ссылку на источник информации с обязательным указанием автора, названия и года издания используемой научной литературы. Конспект может быть опорным (содержать лишь основные ключевые позиции), но при этом позволяющим дать полный ответ по вопросу, может быть подробным. Объем конспекта определяется самим студентом.

В процессе работы с основной и дополнительной литературой студент может:

- делать записи по ходу чтения в виде простого или развернутого плана (создавать перечень основных вопросов, рассмотренных в источнике);

- составлять тезисы (цитирование наиболее важных мест статьи или монографии, короткое изложение основных мыслей автора);

- готовить аннотации (краткое обобщение основных вопросов работы);

- создавать конспекты (развернутые тезисы).

5.4. Рекомендации по подготовке к отдельным заданиям текущего контроля

Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практического занятия с целью более обстоятельного выявления их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все члены группы могут участвовать в обсуждении, добавлять информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.

Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Основные качества устного ответа подлежащего оценке:

- правильность ответа по содержанию;

- полнота и глубина ответа;
- сознательность ответа;
- логика изложения материала;
- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;
- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;
- использование дополнительного материала;
- рациональность использования времени, отведенного на задание.

Устный опрос может сопровождаться презентацией, которая подготавливается по одному из вопросов практического занятия. При выступлении с презентацией необходимо обращать внимание на такие моменты как:

- содержание презентации: актуальность темы, полнота ее раскрытия, смысловое содержание, соответствие заявленной темы содержанию, соответствие методическим требованиям (цели. ссылки на ресурсы. соответствие содержания и литературы), практическая направленность, соответствие содержания заявленной форме, адекватность использования технических средств учебным задачам, последовательность и логичность презентуемого материала;
- оформление презентации: объем (оптимальное количество), дизайн (читаемость, наличие и соответствие графики и анимации, звуковое оформление, структурирование информации, соответствие заявленным требованиям), оригинальность оформления, эстетика, использование возможности программной среды, соответствие стандартам оформления;
- личностные качества: ораторские способности. соблюдение регламента, эмоциональность, умение ответить на вопросы, систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы:
- содержание выступления: логичность изложения материала, раскрытие темы, доступность изложения, эффективность применения средств ИКТ, способы и условия достижения результативности и эффективности для выполнения задач своей профессиональной или учебной деятельности, доказательность принимаемых решений, умение аргументировать свои заключения, выводы.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1 Основная литература:

1. Астахова М. В., Стрельченко В. Ф., Крахмалев Д. П. Волейбол : учебно-методическое пособие. - Москва|Берлин: Директ-Медиа, 2015. - 132 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=426425

2. Волейбол: теория и практика : учебник. - Москва: Спорт, 2016. - 456 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430479

3. Гусева, М. А., Герасимов, К. А., Климов, В. М. Физическая культура. Волейбол : учебное пособие. - 2025-09-07; Физическая культура. Волейбол. - Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2019. - 80 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: http://www.iprbookshop.ru/98756.html

4. Лазарева, Е. А. Методические основы занятий волейболом в вузе : учебное пособие. - 2024-07-01; Методические основы занятий волейболом в вузе. - Москва: Московский государственный строительный университет, ЭБС АСВ, 2010. - 150 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: http://www.iprbookshop.ru/16984.html

6.2 Дополнительная литература:

1. Акчурин Н. А., Щанкин А. А. Учет индивидуальных особенностей при формировании технико-тактических действий в процессе подготовки волейболистов : учебное пособие. - Москва|Берлин: Директ-Медиа, 2015. - 156 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362760

2. Беляев А.В., Савин М.В. Волейбол : [учеб. для студ. вузов]. - 4-е изд.. - М.: Дивизион, 2009. - 359 с.

3. Кузнецов С.А., Кейно А.Ю., Правдов М.А. Подготовительная часть занятия по волейболу в физкультурном вузе : учеб.-метод. пособие. - Тамбов: [Издат. дом ТГУ им. Г.Р. Державина], 2013. - 76 с.

4. Кузнецов С.А., Тамб. гос. ун-т им.Г.Р.Державина Правила соревнований по волейболу : учеб.-метод. пособие для студ. ИФКиС. - Тамбов: Изд-во ТГУ, 2010. - 47 с.

5. Мишенькина, В. Ф., Эртман, Ю. Н., Кириченко, В. Ф., Ковыршина, Е. Ю. Волейбол. Баскетбол. Гандбол. Организация и проведение соревнований по спортивным играм : учебное пособие. - Весь срок охраны авторского права; Волейбол. Баскетбол. Гандбол. Организация и проведение соревнован. - Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. - 136 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: http://www.iprbookshop.ru/65000.html

6. Сираковская Я. В., Завьялов А. В., Шкирева О. В. Тактическая подготовка в волейболе : методическое пособие. - Москва|Берлин: Директ-Медиа, 2019. - 38 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572426

6.3 Иные источники:

1. Библиотека научной и учебной литературы - http://sbiblio.com - http://sbiblio.com

2. веб-сайт о волейболе "Твой волейбол" - https://tvou-voleyball.ru

3. Всероссийская федерация волейбола - https://volley.ru

4. Гуманитарная электронная библиотека - http://www.lib.ua-ru.net/katalog/41.html - http://www.lib.ua-ru.net/katalog/41.html

5. Каталог образовательных интернет-ресурсов - http://www.edu.ru/index.php?page_id=6

6. Российская национальная библиотека - http://www.nlr.ru/

7. Университетская библиотека онлайн: электронно-библиотечная система - http://www.biblioclub.ru

8. электронная библиотека. - http://www.aup.ru/books/

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Для проведения занятий по дисциплине необходимо следующее материально-техническое обеспечение: учебные аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы.

Учебные аудитории и помещения для самостоятельной работы укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Помещения для самостоятельной работы укомплектованы компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования, обеспечивающие тематические иллюстрации (проектор, ноутбук, экран/ интерактивная доска).

Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

Firefox

Google Chrome Google Inc. 12.09.2014 49.0.2623.112

Office 2007, 2010, 2016

Opera

Операционная система Microsoft Windows 7, 8, 10

Операционная система Microsoft Windows XP SP3

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Российская государственная библиотека: официальный сайт. – URL: https://www.rsl.ru

2. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» . – URL: http://www.biblioclub.ru
3. Юрайт: образовательная платформа, электронно-библиотечная система. – URL: https://urait.ru

Электронная информационно-образовательная среда

https://auth.tsutmb.ru/authorize?response_type=code&client_id=moodle&state=xyz

Взаимодействие преподавателя и студента в процессе обучения осуществляется посредством мультимедийных, гипертекстовых, сетевых, телекоммуникационных технологий, используемых в электронной информационно-образовательной среде университета.