

Религиозная организация - духовная образовательная организация  
«Ставропольская духовная семинария Ставропольской и Невинномысской  
епархии Русской Православной Церкви»

**УТВЕРЖДАЮ**

Митрополит Ставропольский и Невинномысский,  
Ректор Ставропольской Духовной Семинарии  
31 августа 2023 года

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ (ВОЛЕЙБОЛ)**

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

Закреплена за кафедрой **Церковно-практических дисциплин**  
Учебный план: 2023

Титул учебного плана: Направление: 48.03.01 Теология  
Практическая теология Православия

Квалификация **Бакалавр**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **9 ЗЕТ**

Часов по учебному плану	328	Виды контроля в семестрах
в том числе:		
аудиторные занятия	162	зачеты 1,3,5
самостоятельная работа	154	зачеты с оценкой 2,6,7
часов на контроль	12	

Ставрополь, 2023

Программу составил(и):

Сухобок Максим Леонидович, старший преподаватель.

Рабочая программа дисциплины

**Физическая культура и спорт (волейбол)**

Разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 48.03.01 Теология (приказ Минобрнауки России от 25.08.2020 г. № 1110)

Составлена на основании учебного плана:

Направление: 48.03.01 Теология

Профиль подготовки: Православная теологи, утвержденного учёным советом Ставропольской духовной семинарии от 28.06.2023 протокол № 3 (123)

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

**Церковно-практических дисциплин**

Протокол №1 (68) от 22 августа 2023 г.

Зав. кафедрой: протоиерей Василий Иванович Архипов

## Оглавление

1. Цель и задачи освоения дисциплины.....	4
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы.....	4
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате изучения дисциплины .....	4
4. Наименование и содержание лекций.....	4
5. Наименование практических занятий .....	5
6. Наименование самостоятельной работы студента .....	6
7. Тематика и вопросы к практическим занятиям.....	6
8. Методические рекомендации для студентов по изучению дисциплины.....	11
9. Фонд оценочных средств .....	11
10. Промежуточная аттестация .....	12
11. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины .....	12
12. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	13

### 1. Цель и задачи освоения дисциплины

Целью курса «Физическая культура и спорт ((Волейбол) элективная дисциплина)» является формирование универсальных компетенций, поддержка физического состояния студентов на должном уровне, знакомство студентов бакалавриата Ставропольской духовной семинарии с основами организации занятий по волейболу.

Изучение курса «Физическая культура и спорт ((Волейбол) элективная дисциплина)» требует решения следующих задач:

1. Информировать студентов о роли волейбола в деле сохранения здоровья и формировании гармонично развитой личности.
2. Дать представление об основных формах и этапах занятий по волейболу.
3. Сформировать потребность в дополнительных занятиях по волейболу.

### 2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Физическая культура и спорт ((Волейбол) элективная дисциплина)» включена в часть, формируемую участниками образовательных отношений учебного плана.

Требования к предварительной подготовке обучающихся. Данная дисциплина изучается на 1, 2, 3 и 4 курсах бакалавриата. Дисциплинами, на которых осуществляется предварительная подготовка обучающихся, являются: Отсутствуют.

Изучается во взаимосвязи со следующими дисциплинами: «Физическая культура и спорт»; «Физическая культура и спорт (Футбол)» элективная дисциплина.

### 3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате изучения дисциплины

Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенций	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной профессиональной деятельности.	<b>Знать:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• элементы специальной физической подготовки и базовые технические приемы для игры в волейбол.</li><li>• основные принципы построения схемы и методики волейбольной тренировки.</li></ul> <b>Уметь:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• демонстрировать базовые технические приемы при игре в волейбол.</li><li>• осуществлять приемы специальной физической подготовки для игры в волейбол.</li></ul> <b>Владеть:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• способностью оценивать тактические возможности и потенциал команды на соревнованиях по волейболу.</li><li>• приемами и навыками специальной физической подготовки, нацеленной на повышение готовности организма к игре в волейбол.</li></ul>
	УК-7.2 Соблюдает нормы здорового образа жизни.	

### 4. Наименование и содержание лекций

Не предусмотрены

## 5. Наименование практических занятий

№	Наименование работы	Объем часов	Компетенции	Форма проведения
<b>1 семестр</b>				
1.	Основные особенности игры. Техника и тактика игры в теории. Тренировка по волейболу.	18	УК-7.1 УК-7.2	Практическое выполнение
2.	Понятие о волейбольной площадке. Тренировка по волейболу.	18	УК-7.1 УК-7.2	Практическое выполнение
3.	Построение схемы тренировки по волейболу. Цель и задачи разминки, основной и заключительной части тренировки. Тренировка по волейболу.	18	УК-7.1 УК-7.2	Практическое выполнение
<b>Итого за 1 семестр</b>		<b>36</b>		
<b>2 семестр</b>				
4.	Тренировка умений по волейболу.	18	УК-7.1 УК-7.2	Практическое выполнение
5.	Специальная физическая подготовка. Подводящие упражнения волейболиста. Тренировка по волейболу.	18	УК-7.1 УК-7.2	Практическое выполнение
6.	Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек. Тренировка по волейболу.	18	УК-7.1 УК-7.2	Практическое выполнение
<b>Итого за 2 семестр</b>		<b>36</b>		
<b>3 семестр</b>				
	Тренировка умений по волейболу.	18	УК-7.1 УК-7.2	Практическое выполнение
	Специальная физическая подготовка. Подводящие упражнения волейболиста. Тренировка по волейболу.	18	УК-7.1 УК-7.2	Практическое выполнение
	Тренировка по волейболу, по заранее разработанной схеме.	18	УК-7.1 УК-7.2	Практическое выполнение
<b>Итого за 3 семестр</b>		<b>36</b>		
<b>5 семестр</b>				
	Техника игры либеро.	6	УК-7.1 УК-7.2	Практическое выполнение
	Тренировка по волейболу, по заранее разработанной схеме.	6	УК-7.1 УК-7.2	Практическое выполнение
	Тренировка по волейболу, по заранее разработанной схеме.	6	УК-7.1 УК-7.2	Практическое выполнение
<b>Итого за 5 семестр</b>		<b>18</b>		
<b>6 семестр</b>				
7.	Тренировка по волейболу, по заранее разработанной схеме.	6	УК-7.1 УК-7.2	Практическое выполнение
8.	Техника ведения мяча на площадке. Тренировка по волейболу	6	УК-7.1 УК-7.2	Практическое выполнение
9.	Тактика и техника игры.	6	УК-7.1 УК-7.2	Практическое выполнение
<b>Итого за 6 семестр</b>		<b>18</b>		
<b>7 семестр</b>				
10.	Тактика командной игры. Роли игроков на поле.	6	УК-7.1 УК-7.2	Практическое выполнение
11.	Тренировка по волейболу, по заранее разработанной схеме.	6	УК-7.1 УК-7.2	Практическое выполнение

12.	Тренировка по волейболу, по заранее разработанной схеме.	6	УК-7.1 УК-7.2	Практическое выполнение
13.	Тренировочные игры.	6	УК-7.1 УК-7.2	Практическое выполнение
	<b>Итого за 7 семестр</b>	<b>18</b>		
	<b>Итого</b>	<b>162</b>		

## 6. Наименование самостоятельной работы студента

№	Наименование работы	Объем часов	Компетенции	Форма проведения
	<b>1 семестр</b>			
1.	Основные особенности игры. Техника и тактика игры в теории. Тренировка по волейболу.	34	УК-7.1 УК-7.2	Проработка учебного материала. Подготовка к практическому занятию.
	<b>Итого за 1 семестр</b>	<b>34</b>		
	<b>2 семестр</b>			
	Построение схемы тренировки по волейболу. Цель и задачи разминки, основной и заключительной части тренировки. Тренировка по волейболу.	34	УК-7.1 УК-7.2	
	<b>Итого за 2 семестр</b>	<b>34</b>		
	<b>3 семестр</b>			
2.	Техника ударов по мячу – подача и блокировка мяча. Тренировка по волейболу.	34	УК-7.1 УК-7.2	Проработка учебного материала. Подготовка к практическому занятию
	<b>Итого за 3 семестр</b>	<b>34</b>		
	<b>5 семестр</b>			
	Тренировка по волейболу, по заранее разработанной схеме.	8	УК-7.1 УК-7.2	Проработка учебного материала. Подготовка к практическому занятию
	Тренировка по волейболу, по заранее разработанной схеме.	8	УК-7.1 УК-7.2	Проработка учебного материала. Подготовка к практическому занятию
	<b>Итого за 5 семестр</b>	<b>16</b>		
	<b>6 семестр</b>			
3.	Тренировка по волейболу	16	УК-7.1 УК-7.2	Проработка учебного материала. Подготовка к практическому занятию
	<b>Итого за 6 семестр</b>	<b>16</b>		
	<b>7 семестр</b>			
4.	Тренировка по волейболу, по заранее разработанной схеме.	20	УК-7.1 УК-7.2	Проработка учебного материала. Подготовка к практическому занятию
	<b>Итого за 7 семестр</b>	<b>20</b>		
	<b>Итого</b>	<b>154</b>		

## 7. Тематика и вопросы к практическим занятиям

**Тема 1: Основные особенности игры. Техника и тактика игры в теории. Тренировка по волейболу.**

Форма проведения – практическое занятие.

План:

Выполнение практических заданий по определенной схеме (повторить и закрепить технику исполнения упражнений по волейболу).

Литература:

1. Спортивные игры. Совершенствование спортивного мастерства: учебник / под ред.
2. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. - М.: Академия, 2012. - 400 с. (есть и пред. изд.).
3. Волейбол: теория и практика : учебник / под общ. ред. В.В. Рыцарев; худож. Е. Ильин. - М.: Спорт, 2016. - 456 с.: ил. - Библиогр. в кн. -ISBN 978-5-9906734-7-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430479>.
4. Иванков, Ч. Технология физического воспитания в высших учебных заведениях :
5. учебное пособие для студентов вузов / Ч. Иванков, С.А. Литвинов. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 304 с. : ил. - ISBN 978-5-691-02197-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429625>.
6. Кучешева, И.Л. Sport: учебное пособие / И.Л. Кучешева ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск: Издательство СибГУФК, 2015. - 106 с.: табл., ил. - Библиогр. в кн.; то же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429362>

## **Тема 2: Понятие о волейбольном поле. Тренировка по волейболу.**

Форма проведения – практическое занятие.

План:

Выполнение практических заданий по определенной схеме (повторить и закрепить технику исполнения упражнений по волейболу).

Литература:

1. Спортивные игры. Совершенствование спортивного мастерства: учебник / под ред.
2. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. - М.: Академия, 2012. - 400 с. (есть и пред. изд.).
3. Волейбол: теория и практика : учебник / под общ. ред. В.В. Рыцарев; худож. Е. Ильин. - М.: Спорт, 2016. - 456 с.: ил. - Библиогр. в кн. -ISBN 978-5-9906734-7-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430479>.
4. Иванков, Ч. Технология физического воспитания в высших учебных заведениях :
5. учебное пособие для студентов вузов / Ч. Иванков, С.А. Литвинов. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 304 с. : ил. - ISBN 978-5-691-02197-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429625>.
6. Кучешева, И.Л. Sport: учебное пособие / И.Л. Кучешева ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск: Издательство СибГУФК, 2015. - 106 с.: табл., ил. - Библиогр. в кн.; то же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429362>

## **Тема 3: Построение схемы тренировки по волейболу. Цель и задачи разминки, основной и заключительной части тренировки. Тренировка по волейболу.**

Форма проведения – практическое занятие.

План:

Выполнение практических заданий по определенной схеме (повторить и закрепить технику исполнения упражнений по волейболу).

Литература:

1. Спортивные игры. Совершенствование спортивного мастерства: учебник / под ред.
2. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. - М.: Академия, 2012. - 400 с. (есть и пред. изд.).
3. Волейбол: теория и практика : учебник / под общ. ред. В.В. Рыцарев; худож. Е. Ильин. - М.: Спорт, 2016. - 456 с.: ил. - Библиогр. в кн. -ISBN 978-5-9906734-7-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430479>.
4. Иванков, Ч. Технология физического воспитания в высших учебных заведениях :
5. учебное пособие для студентов вузов / Ч. Иванков, С.А. Литвинов. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 304 с. : ил. - ISBN 978-5-691-02197-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429625>.
6. Кучешева, И.Л. Sport: учебное пособие / И.Л. Кучешева ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск: Издательство СибГУФК, 2015. - 106 с.: табл., ил. - Библиогр. в кн.; то же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429362>

#### **Тема 4: Тренировка умений по волейболу.**

Форма проведения – практическое занятие.

План:

Выполнение практических заданий по определенной схеме (повторить и закрепить технику исполнения упражнений по волейболу).

Литература:

1. Спортивные игры. Совершенствование спортивного мастерства: учебник / под ред.
2. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. - М.: Академия, 2012. - 400 с. (есть и пред. изд.).
3. Волейбол: теория и практика : учебник / под общ. ред. В.В. Рыцарев; худож. Е. Ильин. - М.: Спорт, 2016. - 456 с.: ил. - Библиогр. в кн. -ISBN 978-5-9906734-7-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430479>.
4. Иванков, Ч. Технология физического воспитания в высших учебных заведениях :
5. учебное пособие для студентов вузов / Ч. Иванков, С.А. Литвинов. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 304 с. : ил. - ISBN 978-5-691-02197-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429625>.
6. Кучешева, И.Л. Sport: учебное пособие / И.Л. Кучешева ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск: Издательство СибГУФК, 2015. - 106 с.: табл., ил. - Библиогр. в кн.; то же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429362>

#### **Тема 5: Специальная физическая подготовка. Подводящие упражнения волейболиста.**

##### **Тренировка по волейболу.**

Форма проведения – практическое занятие.

План:

Выполнение практических заданий по определенной схеме (повторить и закрепить технику исполнения упражнений по волейболу).

Литература:

1. Спортивные игры. Совершенствование спортивного мастерства: учебник / под ред.
2. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. - М.: Академия, 2012. - 400 с. (есть и пред. изд.).
3. Волейбол: теория и практика : учебник / под общ. ред. В.В. Рыцарев; худож. Е. Ильин. - М.: Спорт, 2016. - 456 с.: ил. - Библиогр. в кн. -ISBN 978-5-9906734-7-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430479>.
4. Иванков, Ч. Технология физического воспитания в высших учебных заведениях :
5. учебное пособие для студентов вузов / Ч. Иванков, С.А. Литвинов. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 304 с. : ил. - ISBN 978-5-691-02197-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429625>.
6. Кучешева, И.Л. Sport: учебное пособие / И.Л. Кучешева ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск: Издательство СибГУФК, 2015. - 106 с.: табл., ил. - Библиогр. в кн.; то же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429362>

#### **Тема 6: Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек. Тренировка по волейболу.**

Форма проведения – практическое занятие.

План:

Выполнение практических заданий по определенной схеме (повторить и закрепить технику исполнения упражнений по волейболу).

Литература:

1. Спортивные игры. Совершенствование спортивного мастерства: учебник / под ред.
2. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. - М.: Академия, 2012. - 400 с. (есть и пред. изд.).
3. Волейбол: теория и практика : учебник / под общ. ред. В.В. Рыцарев; худож. Е. Ильин. - М.: Спорт, 2016. - 456 с.: ил. - Библиогр. в кн. -ISBN 978-5-9906734-7-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430479>.
4. Иванков, Ч. Технология физического воспитания в высших учебных заведениях :
5. учебное пособие для студентов вузов / Ч. Иванков, С.А. Литвинов. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 304 с. : ил. - ISBN 978-5-691-02197-8 ; То же



- [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429625>.
6. Кучешева, И.Л. Sport: учебное пособие / И.Л. Кучешева ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск: Издательство СибГУФК, 2015. - 106 с.: табл., ил. - Библиогр. в кн.; то же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429362>

### **Тема 7: Техника ударов по мячу – подача и бдлкировка мяча. Тренировка по волейболу.**

Фома проведения – практическое занятие.

План:

Выполнение практических заданий по определенной схеме (повторить и закрепить технику исполнения упражнений по волейболу).

Литература:

1. Спортивные игры. Совершенствование спортивного мастерства: учебник / под ред.
2. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. - М.: Академия, 2012. - 400 с. (есть и пред. изд.).
3. Волейбол: теория и практика : учебник / под общ. ред. В.В. Рыцарев; худож. Е. Ильин. - М.: Спорт, 2016. - 456 с.: ил. - Библиогр. в кн. -ISBN 978-5-9906734-7-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430479>.
4. Иванков, Ч. Технология физического воспитания в высших учебных заведениях :
5. учебное пособие для студентов вузов / Ч. Иванков, С.А. Литвинов. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 304 с. : ил. - ISBN 978-5-691-02197-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429625>.
6. Кучешева, И.Л. Sport: учебное пособие / И.Л. Кучешева ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск: Издательство СибГУФК, 2015. - 106 с.: табл., ил. - Библиогр. в кн.; то же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429362>

### **Тема 8: Техника ведения мяча на площадке. Тренировка по волейболу.**

Фома проведения – практическое занятие.

План:

Выполнение практических заданий по определенной схеме (повторить и закрепить технику исполнения упражнений по волейболу).

Литература:

1. Спортивные игры. Совершенствование спортивного мастерства: учебник / под ред.
2. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. - М.: Академия, 2012. - 400 с. (есть и пред. изд.).
3. Волейбол: теория и практика : учебник / под общ. ред. В.В. Рыцарев; худож. Е. Ильин. - М.: Спорт, 2016. - 456 с.: ил. - Библиогр. в кн. -ISBN 978-5-9906734-7-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430479>.
4. Иванков, Ч. Технология физического воспитания в высших учебных заведениях :
5. учебное пособие для студентов вузов / Ч. Иванков, С.А. Литвинов. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 304 с. : ил. - ISBN 978-5-691-02197-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429625>.
6. Кучешева, И.Л. Sport: учебное пособие / И.Л. Кучешева ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск: Издательство СибГУФК, 2015. - 106 с.: табл., ил. - Библиогр. в кн.; то же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429362>

### **Тема 9: Техника защитных действий. Тренировка по волейболу.**

Фома проведения – практическое занятие.

План:

Выполнение практических заданий по определенной схеме (повторить и закрепить технику исполнения упражнений по волейболу).

Литература:

1. Спортивные игры. Совершенствование спортивного мастерства: учебник / под ред.
2. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. - М.: Академия, 2012. - 400 с. (есть и пред. изд.).
3. Волейбол: теория и практика : учебник / под общ. ред. В.В. Рыцарев; худож. Е. Ильин.

- М.: Спорт, 2016. - 456 с.: ил. - Библиогр. в кн. -ISBN 978-5-9906734-7-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430479>.
- 4. Иванков, Ч. Технология физического воспитания в высших учебных заведениях : учебное пособие для студентов вузов / Ч. Иванков, С.А. Литвинов. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 304 с. : ил. - ISBN 978-5-691-02197-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429625>.
- 6. Кучешева, И.Л. Sport: учебное пособие / И.Л. Кучешева ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск: Издательство СибГУФК, 2015. - 106 с.: табл., ил. - Библиогр. в кн.; то же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429362>

#### **Тема 10: Тактика и техника игры.**

Форма проведения – практическое занятие.

План:

Выполнение практических заданий по определенной схеме (повторить и закрепить технику исполнения упражнений по волейболу).

Литература:

1. Спортивные игры. Совершенствование спортивного мастерства: учебник / под ред.
2. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. - М.: Академия, 2012. - 400 с. (есть и пред. изд.).
3. Волейбол: теория и практика : учебник / под общ. ред. В.В. Рыцарев; худож. Е. Ильин. - М.: Спорт, 2016. - 456 с.: ил. - Библиогр. в кн. -ISBN 978-5-9906734-7-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430479>.
4. Иванков, Ч. Технология физического воспитания в высших учебных заведениях : учебное пособие для студентов вузов / Ч. Иванков, С.А. Литвинов. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 304 с. : ил. - ISBN 978-5-691-02197-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429625>.
6. Кучешева, И.Л. Sport: учебное пособие / И.Л. Кучешева ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск: Издательство СибГУФК, 2015. - 106 с.: табл., ил. - Библиогр. в кн.; то же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429362>

#### **Тема 11: Тактика командной игры. Роли игроков на поле.**

Форма проведения – практическое занятие.

План:

Выполнение практических заданий по определенной схеме (повторить и закрепить технику исполнения упражнений по волейболу).

Литература:

1. Спортивные игры. Совершенствование спортивного мастерства: учебник / под ред.
2. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. - М.: Академия, 2012. - 400 с. (есть и пред. изд.).
3. Волейбол: теория и практика : учебник / под общ. ред. В.В. Рыцарев; худож. Е. Ильин. - М.: Спорт, 2016. - 456 с.: ил. - Библиогр. в кн. -ISBN 978-5-9906734-7-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430479>.
4. Иванков, Ч. Технология физического воспитания в высших учебных заведениях : учебное пособие для студентов вузов / Ч. Иванков, С.А. Литвинов. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 304 с. : ил. - ISBN 978-5-691-02197-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429625>.
6. Кучешева, И.Л. Sport: учебное пособие / И.Л. Кучешева ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск: Издательство СибГУФК, 2015. - 106 с.: табл., ил. - Библиогр. в кн.; то же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429362>

#### **Тема 13: Техника игры либеро.**

Форма проведения – практическое занятие.

План:

Выполнение практических заданий по определенной схеме (повторить и закрепить технику исполнения упражнений по волейболу).

#### Литература:

1. Спортивные игры. Совершенствование спортивного мастерства: учебник / под ред.
2. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. - М.: Академия, 2012. - 400 с. (есть и пред. изд.).
3. Волейбол: теория и практика: учебник / под общ. ред. В.В. Рыцарев; худож. Е. Ильин. - М.: Спорт, 2016. - 456 с.: ил. - Библиогр. в кн. -ISBN 978-5-9906734-7-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430479>.
4. Иванков, Ч. Технология физического воспитания в высших учебных заведениях:
5. учебное пособие для студентов вузов / Ч. Иванков, С.А. Литвинов. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 304 с. : ил. - ISBN 978-5-691-02197-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429625>.
6. Кучешева, И.Л. Sport: учебное пособие / И.Л. Кучешева ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск: Издательство СибГУФК, 2015. - 106 с.: табл., ил. - Библиогр. в кн.; то же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429362>

### 8. Методические рекомендации для студентов по изучению дисциплины

Важным фактором успешного обучения студентов в Семинарии, как и в любом высшем учебном заведении, является способность самостоятельно приобретать знания. Самостоятельная работа студента – это планируемая познавательная деятельность, организационно и методически направляемая преподавателем без видимой помощи для достижения конкретного результата. Учитывая, что в Семинарии количество аудиторных часов составляет до 60% от общего количества учебной нагрузки, необходима организация самостоятельной работы студентов и выработка системы контроля их знаний. Изучение курса «Физическая культура и спорт (волейбол)» способствует сознательному и самостоятельному овладению новыми знаниями, к закреплению, расширению и углублению, повышению качества их усвоения; выработке самостоятельного творческого мышления и подготовке к самообразовательной и научно-исследовательской работе.

Цели изложенных в пособии методических рекомендаций студентам следующие:

1. Формирование умения логично и аргументировано излагать выводы после изучения той или иной темы или периода.
2. Привитие навыков самостоятельной работы с предлагаемой литературой. Помимо советов методического характера, в пособии даны темы рефератов и сообщений по каждой теме. По согласованию с преподавателем студент может также выбрать такую тему реферата (сообщения), которая не указана в рекомендуемом перечне.

Цель самостоятельной работы по изучению дисциплины «Физическая культура и спорт (волейбол)» - научить ориентироваться в тактике и практике игры в волейбол.

По курсу «Физическая культура и спорт (волейбол)» учебной программой не предусмотрены лекции, но только семинарские занятия. Проведение последних не только позволяет выявить степень усвоения студентами получаемых знаний, но и способствует углубленному изучению ими тем, затронутых преподавателем в лекциях.

### 9. Фонд оценочных средств

#### Критерии оценивания компетенций

*Оценка «отлично»* выставляется студенту, если теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические компетенции сформированы, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно излагает материал курса, умеет увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе дополнительный материал (монографии, статьи, исследования), все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному.

*Оценка «хорошо»* выставляется студенту, если теоретическое содержание курса освоено полностью, необходимые практические компетенции в основном сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения достаточно высокое. Студент твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические

положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.

*Оценка «удовлетворительно»* выставляется студенту, если теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не носят существенного характера, необходимые практические компетенции в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных задач выполнено, но в них имеются ошибки, при ответе на поставленный вопрос студент допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, наблюдаются нарушения логической последовательности в изложении программного материала.

*Оценка «неудовлетворительно»* выставляется студенту, если он не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы, необходимые практические компетенции не сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному.

#### **Фонд оценочных средств текущего контроля**

См. соответствующий раздел фонда оценочных средств основной образовательной программы по направлению подготовки 48.03.01 Теология.

### **10. Промежуточная аттестация**

Промежуточная аттестация в форме **зачета или дифференцированного зачета**

Процедура зачета (дифференцированного зачета) как отдельное контрольное мероприятие не проводится, оценивание знаний обучающегося происходит по результатам текущего контроля.

Зачет выставляется по результатам работы в семестре, при сдаче всех контрольных точек, предусмотренных текущим контролем успеваемости. Если по итогам семестра обучающийся имеет от 33 до 60 баллов, ему ставится отметка «зачтено». Обучающемуся, имеющему по итогам семестра менее 33 баллов, ставится отметка «не зачтено».

Количество баллов за зачет ( $S_{зач}$ ) при различных рейтинговых баллах по дисциплине по результатам работы в семестре

<b>Рейтинговый балл по дисциплине по результатам работы в семестре (<math>R_{сем}</math>)</b>	<b>Количество баллов за зачет (<math>S_{зач}</math>)</b>
$50 \leq R_{сем} \leq 60$	<b>40</b>
$39 \leq R_{сем} < 50$	<b>35</b>
$33 \leq R_{сем} < 39$	<b>27</b>
$R_{сем} < 33$	<b>0</b>

При дифференцированном зачете используется шкала пересчета рейтингового балла по дисциплине в оценку по 5-балльной системе

Шкала пересчета рейтингового балла по дисциплине в оценку по 5-балльной системе

<b>Рейтинговый балл по дисциплине</b>	<b>Оценка по 5-балльной системе</b>
<b>88 – 100</b>	<i>Отлично</i>
<b>72 – 87</b>	<i>Хорошо</i>
<b>53 – 71</b>	<i>Удовлетворительно</i>
<b>&lt; 53</b>	<i>Неудовлетворительно</i>

#### **Примерные задания для проведения промежуточной аттестации**

См. соответствующий раздел фонда оценочных средств основной образовательной программы по направлению подготовки 48.03.01 Теология.

### **11. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

**Рекомендуемая литература**

**Основная литература:**

1. Спортивные игры. Совершенствование спортивного мастерства: учебник / под ред.
2. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. - М.: Академия, 2012. - 400 с. (есть и пред. изд.).
3. Волейбол: теория и практика : учебник / под общ. ред. В.В. Рыцарев; худож. Е. Ильин. - М.: Спорт, 2016. - 456 с.: ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-9906734-7-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430479>.
4. Иванков, Ч. Технология физического воспитания в высших учебных заведениях :
5. учебное пособие для студентов вузов / Ч. Иванков, С.А. Литвинов. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 304 с. : ил. - ISBN 978-5-691-02197-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429625>.
6. Кучешева, И.Л. Sport: учебное пособие / И.Л. Кучешева ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск: Издательство СибГУФК, 2015. - 106 с.: табл., ил. - Библиогр. в кн.; то же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429362>

#### **Дополнительная литература:**

1. Астахова, М.В. Волейбол: учебнометодическое пособие / М.В. Астахова, В.Ф. Стрельченко, Д.П. Крахмалев. - М.; Берлин: Директ-Медиа, 2015. - 132 с. : ил. -
2. Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-4904-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=426425>.
3. http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=426425.
4. Волейбол. Баскетбол. Гандбол: Организация и проведение соревнований по спортивным играм: учебное пособие / В.Ф. Мишенькина, Ю.Н. Эртман, Е.Ю. Ковыршина, В.Ф. Кириченко ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск: Издательство СибГУФК, 2014. - 136 с. : ил., схем., табл. - Библиогр.: с. 128-130. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429370>
5. Макаров, Ю.М. Концептуальные особенности совершенствования системы спортивной подготовки в игровых видах: монография / Ю.М. Макаров. - М.; Берлин: Директ-Медиа, 2015. - 150 с.: ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-3923-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=363696>.
6. Марков, К.К. Техника современного волейбола: монография / К.К. Марков ;
7. Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский федеральный университет. - Красноярск: Сибирский федеральный университет, 2013. - 220 с. : табл., схем. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-7638-2841-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364063>.
8. Основы обучения технике игры в волейбол: учебное пособие / А.А. Гераськин, Б.П. Сокур, И.А. Рогов, Т.А. Колупаева; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : Издательство СибГУФК, 2014. - 280 с. : схем., табл., ил. -Библиогр.: с. 274-276. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=336072>

#### **Интернет-ресурсы:**

[biblioclub.ru](http://biblioclub.ru) - ЭБС «Университетская библиотека онлайн»

[www.bogoslov.ru](http://www.bogoslov.ru) - научный богословский портал «Богослов.ру»

[www.pravenc.ru](http://www.pravenc.ru) - официальный сайт Православной энциклопедии

Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://elibrary.ru/defaultx.asp>.

<https://volley.ru/> - Всероссийская федерация волейбола

## **12. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Практические занятия: тренажёрный зал и спортивный инвентарь, спортивная площадка для игровых видов спорта, спортивный городок - доступ к библиотечным ресурсам; - доступ к сети Интернет; - аудитория, оснащенная презентационной техникой, проектор, экран, компьютер/ноутбук) и.т.д.