

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ імені БОРИСА ГРІНЧЕНКА  
Кафедра фізичної культури та спортивної майстерності

“ЗАТВЕРДЖУЮ”  
Проректор з науково-методичної  
та навчальної роботи  
О.Б.Жильцов  
“ 20 ” ~~16~~ року

РОБОЧА НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА

**Спортивні ігри і методика їх  
викладання**

напрямок підготовки: 6.010201 - Фізичне виховання

2015 – 2016 рік

Робоча програма «Спортивні ігри і методика їх викладання» для студентів за напрямом підготовки: 6.010201 - Фізичне виховання, галузі знань: 0102 – Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини, 2015 р.- 32 с.


Розробники: Косік Микола Сергійович, доцент.

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри фізичної культури та спортивної майстерності

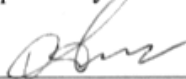
Робоча програма затверджена на засіданні кафедри фізичної культури та спортивної майстерності

Протокол № 1 від “26” серпня 2015 року

Завідувач кафедри фізичної культури та спортивної майстерності

 (Т.Г. Діба)


Години відповідають навчальному плану. Структура програми типова .  
Заступник директора з науково-методичної та навчальної роботи

 (О.В.Єременко)

Схвалено Вченою радою Гуманітарного інституту

Протокол від “ 29 ” вересня 2015 року № 1

“ 05 ” жовтня 2015 року

Вчений секретар   
(Т.Л.Видайчук)

©М.С.Косік, 2015 рік  
© КУБГ, 2015 рік

## ЗМІСТ

Пояснювальна записка .....	4-6
Структура програми навчальної дисципліни	
I. Опис предмета навчальної дисципліни .....	7-8
II. Тематичний план навчальної дисципліни.....	9-10
III. Програма .....	11-12
IV. Навчально – методична карта дисципліни.....	13-14
V. Плани практичних занять.....	15-22
VI. Карта самосійної роботи бакалавра.....	23-24
VII. Система поточного і підсумкового контролю.....	25-28
VIII. Методи навчання.....	28
IX. Методичне забезпечення курсу.....	29
X. Об’ємні вимоги до курсу .....	29-30
XI. Рекомендована література	
Основна .....	31
Додаткова.....	32

## ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Робоча навчальна програма «Спортивні ігри і методика їх викладання» є нормативним документом Київського університету імені Бориса Грінченка, який розроблено кафедрою теорії і методики фізичної культури та спортивної майстерності на основі освітньо-професійної програми підготовки бакалаврів відповідно до навчального плану для спеціальностей денної форми навчання.

Робочу навчальну програму укладено згідно з вимогами кредитно-модульної системи організації навчання. Програма визначає обсяги знань, які повинен опанувати бакалавр відповідно до вимог освітньо-кваліфікаційної характеристики, алгоритму вивчення навчального матеріалу дисципліни «Спортивні ігри і методика їх викладання».

*Мета курсу* – на основі вивчення дисципліни сформувати теоретичні знання, практичні уміння та навички організації, викладання спортивних ігор (волейболу та гандболу), які обов'язкові в програмі з фізичної культури в освітніх закладах.

Вивчення дисципліни «Спортивні ігри і методика їх викладання» формує у студентів наступні компетенції:

- використовувати під час навчання та виконання професійних завдань базові знання про спортивні ігри;
- володіти основними методами навчання баскетболу учнів різних вікових груп;
- здатність формувати поняття про здоровий спосіб життя, раціональну організацію вільного часу, навички самоконтролю, загартування.

### **Завдання курсу:**

- Вивчити зі студентами основи техніки спортивних ігор та методики їх викладання на основні теоретичних знань.
- Опанувати методику проведення практичних занять з навчання техніці та тактики спортивних ігор та методиці їх викладання .
- Навчити принципам розвитку фізичних якостей стосовно спортивних ігор : швидкості, витривалості, швидкісно-силових якостей.
- Ознайомити з організацією та проведенням змагань з волейболу та гандболу в різних навчальних закладах.

Курс (Спортивні ігри і методика їх викладання) вивчається на 2 курсі в кількості 108 годин. У кожному семестрі студенти відповідно до програми послідовно вивчають такі розділи: волейбол і методика його викладання, гандбол і методика його викладання.

*Змістом теоретичних занять є:*

« Волейбол і методика його викладання, загальні положення техніки і тактики гри, правила гри. Гандбол і методика його викладання, загальні положення техніки і тактики гри, правила гри»;

На практичних заняттях вивчається техніка гри і методика викладання основним ігровим діям, навичкам суддівства.

Індивідуальна та самостійна робота студентів спрямована на поглиблення теоретичних знань та практичних вмінь з методики навчання технічним прийомам , тактичним діям та вдосконалення навичок в організації гри.

Методика вивчення курсу «Спортивні ігри і методика їх викладання.» базується на раціональному співставленні лекційних та практичних занять. Після проходження повного курсу з даних дисциплін передбачено проведення заліків та екзамену.

***Під час практичних занять та самостійної роботи студенти набувають знання, уміння та навички:***

- знати значення та місце спортивних ігор у загально - освітній школі;
- знати загальну характеристику спортивних ігор;
- знати класифікацію техніки волейболу, гандболу;
- знати класифікацію тактики волейболу, гандболу;
- знати методику навчання техніці гри у волейбол, гандбол;
- знати методику навчання тактиці гри у волейбол, гандбол;
- знати заходи попередження травматизму на заняттях зі спортивних ігор;
- знати форми та методи контролю та самоконтролю на заняттях зі спортивних ігор;
- знати особливості проведення занять з волейболу, гандболу з дітьми та підлітками;
- знати функціональні обов'язки викладача з фізичного виховання;
- знати вимоги до місць занять, обладнання та інвентарю при проведенні занять зі спортивних ігор:
- знати методику побудови конспектів занять з баскетболу, волейболу, гандболу;
- знати вимоги до інтенсивності та величини навантажень на уроці з волейболу, гандболу;
- уміти планувати і проводити заходи щодо профілактики травматизму і надавати першу медичну допомогу;
- вміти здійснювати консультативну діяльність по питанням організації і проведення індивідуальних і колективних фізкультурно-спортивних занять з дітьми різного шкільного віку.
- володіти засобами і методами формування здорового стилю життя на основі потреби у фізичній активності, систематичного виконання фізичних вправ, використання гігієнічних і природних чинників з метою оздоровлення і фізичного вдосконалення тих кого навчають.;
- вміти застосовувати навички науково-методичної діяльності для вирішення конкретних задач що виникають в процесі проведення фізкультурно- спортивних занять;
- вміти застосовувати методи лікарсько-педагогічного контролю в конкретних ситуаціях професійної діяльності;
- вміти визначати причини помилок і знаходити методику їх усунення в процесі освоєння рухових дій і розвитку фізичних якостей.
- методично правильно будувати, проводити і аналізувати уроки зі спортивних ігор.
- здійснювати контроль і самоконтроль за самопочуттям, фізичним і психічним станом тих, що займаються;

# СТРУКТУРА ПРОГРАМИ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

## I. ОПИС ПРЕДМЕТА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

**Предмет:** вивчає процес навчання та опанування системою знань дисципліни «Спортивні ігри і методика їх викладання» для студентів в умовах навчального плану.

**Предмет:** *Спортивні ігри і методика їх викладання.*

*Волейбол і методика його викладання.*

<b>Курс:</b>	<b>Напрямок, спеціальність, освітньо-кваліфікаційний рівень</b>	<b>Характеристика навчальної дисципліни</b>
<p>Кількість кредитів, відповідних ECTS: <i>1 кредит</i></p> <p>Змістові модулі: <i>1 модуль</i></p> <p>Загальний обсяг дисципліни (годин) <b>36</b></p> <p>Тижневих годин: <i>2 години</i></p>	<p>Галузь знань: <i>0102 " Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини "</i></p> <p>Напрямок підготовки: <i>6.010201 - «фізичне виховання»</i></p> <p>Освітньо-кваліфікаційний рівень <i>"бакалавр"</i></p>	<p>Нормативна</p> <p><b>Рік підготовки: 2.</b></p> <p><b>Семестр: 3.</b></p> <p><b>Кількість контактних годин-14</b> з них:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Лекції</b> (теоретична підготовка): <b>2</b> години;</li> <li>• <b>Практичні заняття:</b> <b>12</b>годин;</li> </ul> <p><b>Самостійна робота: 20</b> годин;</p> <p><b>Модульний контроль: 2</b> години;</p> <p><b>Вид контролю: залік</b></p>

**Предмет : Спортивні ігри і методика їх викладання.**

***Гандбол і методика його викладання.***

<b>Курс:</b>	<b>Напрямок, спеціальність, освітньо-кваліфікаційний рівень</b>	<b>Характеристика навчальної дисципліни</b>
<p>Кількість кредитів, відповідних ECTS: <i>2 кредити</i></p> <p>Змістові модулі: <i>1 модуль</i></p> <p>Загальний обсяг дисципліни (години): <b>72</b></p> <p>Тижневих годин: <i>2 години</i></p>	<p>Галузь знань:</p> <p><i>0102 " Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини "</i></p> <p>Напрямок підготовки:</p> <p><i>6.010201 - «фізичне виховання»</i></p> <p>Освітньо-кваліфікаційний рівень <i>"бакалавр"</i></p>	<p>Нормативна</p> <p><b>Рік підготовки: 2.</b></p> <p><b>Семестр: 4.</b></p> <p><b>Кількість контактних годин-14</b> з них:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Семінарські заняття: 2</b> години;</li> <li>• <b>Практичні заняття: 12</b> годин;</li> </ul> <p><b>Самостійна робота: 20</b> годин</p> <p><b>Модульний контроль: 2</b> години</p> <p><b>Семестровий контроль: 36</b> годин</p> <p><b>Вид контролю: екзамен.</b></p>



## II. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

### III семестр

#### Волейбол і методика його викладання

№ п /п	Назви теоретичних розділів	Кількість годин						
		Разом	Контактних	Лекцій	Практичних	Семінарських	Індивідуальна робота	Самостійна робота
<b>Змістовий модуль I.</b>								
Методика навчання основним технічним прийомам гри у волейбол								
1.	<b>Лекція № 1.</b> Історичний нарис розвитку волейболу. Місце та значення спортивних ігор та зокрема волейболу в системі фізичного виховання. Методика навчання основним технічним прийомам та тактичним діям гри у волейбол.	2	2	2				
2	<b>Практичне заняття №1.</b> Ознайомлення з технікою гри у нападі та методика навчання її прийомів: пересування , передачі, атакуючі удари ,подачі .	8	2		2		6	
3	<b>Практичне заняття №2.</b> Ознайомлення з технікою гри у захисті та методика навчання її прийомів: пересування,прийоми м'яча, блокування.	8	2		2		6	
4	<b>Практичне заняття №. 3</b> Ознайомлення та методика навчання тактичним діям у нападі.	6	2		2		4	
5	<b>Практичне заняття №.4</b> Ознайомлення та методика навчання тактичним діям у захисті.	2	2		2			
6	<b>Практичне заняття №5-6 .</b> Навчальні ігри .Практика суддівства.	10	4		4		4	2
<b>Разом у 3 семестрі:</b>		<b>36</b>	<b>14</b>	<b>2</b>	<b>12</b>		<b>20</b>	<b>2</b>

## 3.2 ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

### IV

#### Гандбол і методика його викладання

№ п/п	Назви теоретичних розділів	Кількість годин						
		Разом	Контактних	Лекцій	Практичних	Семинарських	Індивідуальна робота	Самостійна робота
<b>Змістовий модуль I</b>								
Методика навчання техніці та тактиці гри у гандбол.								
	<b>Семинарське заняття №1</b> Класифікація техніки гандболу.	2	2			2		
1	<b>Практичне заняття №1-2</b> Ознайомлення з технікою гри у нападі польового гравця ,воротаря та методика навчання її прийомів: пересування, володіння м'ячем..	8	4		4			4
2	<b>Практичне заняття №3-4</b> Ознайомлення з технікою гри у захисті польового гравця ,воротаря та методика навчання її прийомів: пересування, оволодіння м'ячем і протидії.	8	4		4			4
3	<b>Практичне заняття №5</b> Ознайомлення та методика навчання тактичним діям у нападі та захисті.	8	2		2			6
4	<b>Практичне заняття №6</b> Навчальні ігри. Практика суддівства.	10	2		2			6 2
	<b>Екзамен</b>	36						
	<b>Разом у 4 семестрі</b>	<b>72</b>	<b>14</b>		<b>12</b>	<b>2</b>		<b>20 2</b>

### **III ПРОГРАМА** **Волейбол і методика його викладання**

#### ***Змістовний модуль 1***

*Методика навчання основним технічним прийомам та тактичним діям гри у волейбол.*

#### **Лекція № 1**

***Історичний нарис розвитку волейболу.***

***Місце та значення спортивних ігор та зокрема волейболу в системі фізичного виховання. Методика навчання основним технічним прийомам та тактичним діям гри у волейбол.***

**( 2 год.)**

**Основні поняття теми** : етапи розвитку гри, сучасний волейбол та загальні тенденції розвитку; характеристика сучасної техніки гри; ігрова діяльність волейболіста; фізичні якості волейболіста; методика навчання основним технічним прийомам та тактичним діям гри у волейбол.

Практичне заняття №1.

***Ознайомлення з технікою гри у нападі та методика навчання її прийомів: пересування, передачі, атакуючі удари, подачі.***

***Засоби:*** загально-розвиваючі вправи, ходьба, біг, стрибки, зупинки, повороти; вправи з м'ячами, гра у волейбол.

***Методи навчання:*** словесний, наочності, вправ, змагальний.

Практичне заняття №2.

***Ознайомлення з технікою гри у захисті та методика навчання її прийомів: пересування, прийоми м'яча, блокування.***

***Засоби:*** загально-розвиваючі вправи, ходьба, біг, стрибки, зупинки, повороти; вправи з м'ячами, гра у волейбол.

***Методи навчання:*** словесний, наочності, вправ, змагальний.

Практичне заняття №3.

***Ознайомлення та методика навчання тактичним діям у нападі.***

***Засоби:*** загально-розвиваючі вправи, ходьба, біг, стрибки, зупинки, повороти; вправи з м'ячами, гра у волейбол.

***Методи навчання:*** словесний, наочності, вправ, змагальний.

Практичне заняття №4

***Ознайомлення та методика навчання тактичним діям у захисті.***

***Засоби:*** загально-розвиваючі вправи, ходьба, біг, стрибки, зупинки, повороти; вправи з м'ячами, гра у волейбол.

***Методи навчання:*** словесний, наочності, вправ, змагальний.

Практичне заняття №5-6.

**Проведення змагань волейболу. Практика суддівства.**

**Засоби:** загально-розвиваючі вправи, ходьба, біг, стрибки, зупинки, повороти, вправи з м'ячами, гра у баскетбол.

**Методи навчання:** словесний, наочності, вправ, змагальний.

**Модульний контроль №1**

Практичні тести (технічні прийоми нападу, захисту).

**Гандбол і методика його викладання**

**Семінарське заняття №1**

**Класифікація техніки та тактики гандболу.**

Практичне заняття №1-2

**Ознайомлення з технікою гри у нападі польового гравця, воротаря та методика навчання її прийомів: пересування, володіння м'ячем.**

**Засоби:** загально-розвиваючі вправи, ходьба, біг, стрибки, зупинки, повороти, вправи з м'ячами, гра у гандбол.

**Методи навчання:** словесний, наочності, вправ, змагальний.

Практичне заняття №3

**Ознайомлення з технікою гри у захисті польового гравця, воротаря та методика навчання її прийомів: пересування, оволодіння м'ячем і протидії.**

**Засоби:** загально-розвиваючі вправи, ходьба, біг, стрибки, зупинки, повороти, вправи з м'ячами, гра у гандбол.

**Методи навчання:** словесний, наочності, вправ, змагальний.

Практичне заняття №4

**Ознайомлення та методика навчання тактичним діям :**

**- індивідуальним, груповим та командним діям у захисті;**

**- індивідуальним, груповим та командним діям у нападі.**

**Засоби:** загально-розвиваючі вправи, ходьба, біг, стрибки, зупинки, повороти, вправи з м'ячами, гра у гандбол.

**Методи навчання:** словесний, наочності, вправ, змагальний.

Практичне заняття №5-6

**Проведення змагань гандболу. Практика суддівства.**

**Засоби:** загально-розвиваючі вправи, ходьба, біг, стрибки, зупинки, повороти, вправи з м'ячами, гра у гандбол.

**Методи навчання:** словесний, наочності, вправ, змагальний.

**Модульний контроль №1**

Практичні тести (технічні прийоми нападу).



## Гандбол і методика його викладання

### 2 курс 4 семестр

**Разом-72 год.:** семінарських - 2 г., практичні заняття – 12 год., самостійна робота – 20 год., модульний контроль - 2 год., екзамен- 36 год.

Тиждень	24	25-26	27	28	29-30	31
Модулі	Змістовий модуль I					
Назва модуля	Методика навчання технічним прийомам та тактичним діям у гандболі.					
Кількість балів за модуль	82 бала					
Лекції						
Теми лекцій						
Практичні заняття		26.+ 10б.	1б.	1б.+ 10б.	2б.+10б.	
Семінарські заняття	1б.					
Теми практичних, семінарських занять	<b>Семінарське заняття №1</b> Класифікація техніки та тактики гандболу.	<b>Практичне заняття №1-2</b> Ознайомлення з технікою гри у нападі польового гравця, воротаря та методика навчання її прийомів: пересування, володіння м'ячем.	<b>Практичне заняття №3</b> Ознайомлення з технікою гри у захисті польового гравця, воротаря та методика навчання її прийомів: пересування, оволодіння м'ячем і протидії.	<b>Практичне заняття №4</b> Ознайомлення та методика навчання тактичним діям : - індивідуальним, груповим та командним діям у захисті; - індивідуальним , груповим та командним діям у нападі.	<b>Практичне заняття №5-6</b> Навчальні гри. Практика суддівства.	Модульний контроль
Самостійна робота		5б.	5б.	5б	5б.	
Поточний контроль						25 б

## V. ПЛАНИ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

### Волейбол і методика його викладання

#### *Змістовний модуль №1*

**Історія розвитку та становлення волейболу. Методика навчання основним технічним прийомам та тактичним діям гри у волейбол.**

Практичне заняття №1.

***Ознайомлення з технікою гри у нападі та методика навчання її прийомів: пересування , передачі, атакуючі удари ,подачі .***

*План заняття:*

1. Ходьба, біг, стрибки, загально розвиваючі вправи.
2. Пересування волейболістів.
3. Стійка волейболіста, вихідні положення волейболістів.
4. Передача м'яча двома руками зверху(в опорі, після переміщень); передачі м'яча назад; передачі на різні відстані та висоти.
5. Нападаючий удар, блокування.
6. Нижня пряма подача .
7. Верхня пряма подача.
8. Навчальна гра.

*Рекомендована література:*

1. Кулаков Ю. Є. Спортивні ігри (організація та методика викладання на факультеті фізичної культури ) : Навчальний посібник . – Миколаїв, 1997.- 194 с.
2. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов., - М., 2004. – 518 с.
3. Волейбол. Підручник для студентів інститутів фізичної культури. Під редакцією Клещева Ю. В. та інших. М. ФіС, 1985 р.
4. Волейбол. Правила змагань з волейболу. 2002 р.
5. Піменов М. П. Волейбол. Спеціальні вправи. Київ, 1991 р.
6. Фурманов А. Г. Волейбол у школі. Київ., Р. ш., 1987 р.
7. Демчишин А. А. Волейбол – гра для всіх. – К., Здоров'я, 1986. -101 с.

8. Махов В. Я. Теорія і методика навчання рухливих і спортивних ігор. Київ., Міністерство освіти України. 1996 р. – 168 с.
9. Ханко В. Е., Маслов В. Н. Совершенствование мастерства волейболистов. Киев «Здоровье» 1990 г. – 142 с.
10. Ареф'єв В. Г. , Єдинак Г. А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту). Кам'янець-Подільський «РУТА». 2007.

### Практичне заняття №2.

***Ознайомлення з технікою гри у захисті та методика навчання її прийомів: пересування, прийоми м'яча, блокування.***

#### *План заняття:*

1. Ходьба, біг, стрибки, загально розвиваючі вправи.
2. Пересування волейболістів.
3. Стійка волейболіста, вихідні положення волейболістів.
4. Прийом м'яча двома руками знизу в опорі, в русі, однією знизу у падінні.
5. Блокування.
6. Нижня пряма подача .
7. Верхня пряма подача.
6. Навчальна гра.

#### *Рекомендована література:*

- 1 Кулаков Ю. Є. Спортивні ігри (організація та методика викладання на факультеті фізичної культури ) : Навчальний посібник . – Миколаїв, 1997.- 194 с.
2. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов., - М., 2004. – 518 с.
3. Волейбол. Підручник для студентів інститутів фізичної культури. Під редакцією Клещева Ю. В. та інших. М. ФіС, 1985 р.
4. Волейбол. Правила змагань з волейболу. 2002 р.
5. Піменов М. П. Волейбол. Спеціальні вправи. Київ, 1991 р.
6. Фурманов А. Г. Волейбол у школі. Київ., Р. ш., 1987 р.
7. Демчишин А. А. Волейбол – гра для всіх. – К., Здоров'я, 1986. -101 с.



### Практичне заняття №3.

#### **Ознайомлення та методика навчання тактичним діям у нападі.**

##### *План заняття:*

1. Ходьба, біг, стрибки, загально розвиваючі вправи.
2. Прийом м'яча двома руками з низу (в опорі, після переміщень).
3. Передача м'яча двома руками зверху(зі зміною напрямку передачі, у стрибку), передача однією рукою знизу.
4. Подачі м'яча.
5. Тактичні дії(індивідуальні,групові,командні);
6. Навчальна гра.

##### *Рекомендована література:*

- 1 Кулаков Ю. Є. Спортивні ігри (організація та методика викладання на факультеті фізичної культури ) : Навчальний посібник . – Миколаїв,1997.- 194 с.
- 2.Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов., - М., 2004. – 518 с.
- 3.Волейбол. Підручник для студентів інститутів фізичної культури. Під редакцією Клещева Ю. В. та інших. М. ФіС, 1985 р.
- 4.Волейбол. Правила змагань з волейболу. 2002 р.
- 5.Піменов М. П. Волейбол. Спеціальні вправи. Київ, 1991 р.
- 6.Фурманов А. Г. Волейбол у школі. Київ., Р. ш., 1987 р.
- 7.Демчишин А. А. Волейбол – гра для всіх. – К., Здоров'я, 1986. -101 с.

### Практичне заняття №.4

#### **Ознайомлення та методика навчання тактичним діям у захисті.**

##### *План заняття:*

1. Ходьба, біг, стрибки, загально розвиваючі вправи.
2. Прийом м'яча двома руками знизу (в опорі, після переміщень).
3. Передача м'яча двома руками зверху(із зміною напрямку передачі, у стрибку).
4. Нападаючий удар; блокування.
5. Індивідуальні,групові ,командні тактичні дії.
6. Навчальна гра.

##### *Рекомендована література:*

- 1 Кулаков Ю. Є. Спортивні ігри (організація та методика викладання на

факультеті фізичної культури ) : Навчальний посібник . –

Миколаїв,1997.- 194 с.

2.Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов., - М., 2004. – 518 с.

3.Волейбол. Підручник для студентів інститутів фізичної культури. Під редакцією Клещева Ю. В. та інших. М. ФіС, 1985 р.

4.Волейбол. Правила змагань з волейболу. 2002 р.

5.Піменов М. П. Волейбол. Спеціальні вправи. Київ, 1991 р.

6.Фурманов А. Г. Волейбол у школі. Київ., Р. ш., 1987 р.

7.Демчишин А. А. Волейбол – гра для всіх. – К., Здоров'я, 1986. -101 с.

### Практичне заняття №5-6

#### *Навчальні ігри .Практика суддівства.*

#### *План заняття:*

1. Ходьба, біг, стрибки, загально розвиваючі вправи;
- 2 Навчальні ігри;
- 3.Суддівство навчальної гри.

#### *Рекомендована література:*

1 Кулаков Ю. Є. Спортивні ігри (організація та методика викладання на факультеті фізичної культури ) : Навчальний посібник . – Миколаїв,1997.- 194 с.

2.Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов., - М., 2004. – 518 с.

3.Волейбол. Підручник для студентів інститутів фізичної культури. Під редакцією Клещева Ю. В. та інших. М. ФіС, 1985 р.

4.Волейбол. Правила змагань з волейболу. 2002 р.

5.Піменов М. П. Волейбол. Спеціальні вправи. Київ, 1991 р.

6.Фурманов А. Г. Волейбол у школі. Київ., Р. ш., 1987 р.

7.Демчишин А. А. Волейбол – гра для всіх. – К., Здоров'я, 1986. -101 с.

#### *Модульний контроль №1*

1. Класифікація техніки гри у волейбол.
2. Класифікація тактики гри у волейбол.
3. Методика навчання технічним прийомам гри.

4. Методика навчання тактичним діям(індивідуальним,груповим,колективним) у нападі,у захисті.

## **Гандбол і методика його викладання**

### Змістовний модуль№1

#### ***Методика навчання технічним прийомам та тактичним діям гри у гандбол.***

#### Семинарське заняття №1.

##### *План заняття:*

1. Класифікація техніки гри.
2. Класифікація тактики гри.
3. Методика навчання руховим діям
4. Методика навчання тактичним діям(індивідуальним,груповим,колективним) у нападі,у захисті.

##### *Рекомендована література:*

1. Игнатьева В.Я. Гандбол. Учебное пособие для ин-тов физ. культуры-М. ;Ф иС,1983.-200 с.
2. Клусов Н.П. Ручной мяч в школе. Пособие для учителя. М. Просвещение.1986.- 126 с.
3. Игнатьева В.Я., Портнов Ю. М. Гандбол: Учебник для Вузов физической культуры. М.; Физкультура, образование и наука,1996.- 318 с.
4. Латышкевич Л. А. и др.. Гандбол ( Учебное пособие для ин-тов физ. культ. )- Киев: Вища школа, 1988.- 198 с.
5. Кулаков Ю. Є. Спортивні ігри (організація та методика викладання на факультеті фізичної культури ) : Навчальний посібник . – Миколаїв,1997.- 194 с.
6. Подготовка юных гандболистов. Пособие ( Под общ. Ред.. А. И. Бондаря. – Минск : Полымя, 1994. – 80 с.

#### Практичне заняття №1-2

#### ***Ознайомлення з технікою гри у нападі польового гравця ,воротаря та методика навчання її прийомів: пересування, володіння м'ячем.***

##### *План заняття:*

1. Ходьба, біг, стрибки, загальнорозвиваючі вправи.
2. Пересування гандболістів; стійка гандболіста.
3. Ведення м'яча. Передачі-ловля м'яча.
4. Кидки м'яча.
5. Технічні дії воротаря(ловіння,відбивання м'яча руками,ногами).

## 6. Учбова гра.

7. *Рекомендована література:*

1. Игнатъева В.Я. Гандбол. Учебное пособие для ин-тов физ. культуры-М. ;Ф иС,1983.-200 с.
2. Клусов Н.П. Ручной мяч в школе. Пособие для учителя. М. Просвещение.1986.-126 с.
3. Игнатъева В.Я., Портнов Ю. М. Гандбол: Учебник для Вузов физической культуры. М.; Физкультура, образование и наука,1996.- 318 с.
4. Латышкевич Л. А. и др.. Гандбол ( Учебное пособие для ин-тов физ. культ. )- Киев: Вища школа, 1988.- 198 с.
5. Кулаков Ю. Є. Спортивні ігри (організація та методика викладання на факультеті фізичної культури ) : Навчальний посібник . – Миколаїв,1997.- 194 с.
6. Подготовка юных гандболистов. Пособие ( Под общ. Ред.. А. И. Бондаря. – Минск : Полымя, 1994. – 80 с.
- 7.Ареф'єв В. Г. , Єдинак Г. А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту). Кам'янець-Подільський «РУТА». 2007.
- 8.

## Практичне заняття №3

***Ознайомлення з технікою гри у захисті польового гравця ,воротаря та методика навчання її прийомів: пересування, оволодіння м'ячем і протидії.****План заняття:*

1. Ходьба, біг, стрибки, загальнорозвиваючі вправи.
2. Пересування гандболістів; стійка гандболіста.
3. Ведення м'яча. Передачі м'яча.
4. Кидки м'яча.
5. Перехоплення, вибивання, блокування.
6. Учбова гра.

*Рекомендована література:*

1. Игнатъева В.Я. Гандбол. Учебное пособие для ин-тов физ. культуры-М. ;Ф иС,1983.-200 с.
2. Клусов Н.П. Ручной мяч в школе. Пособие для учителя. М. Просвещение.1986.-126 с.
3. Игнатъева В.Я., Портнов Ю. М. Гандбол: Учебник для Вузов физической культуры. М.; Физкультура, образование и наука,1996.- 318 с.
4. Латышкевич Л. А. и др.. Гандбол ( Учебное пособие для ин-тов физ. культ. )- Киев: Вища школа, 1988.- 198 с.
5. Кулаков Ю. Є. Спортивні ігри (організація та методика викладання на факультеті фізичної культури ) : Навчальний посібник . – Миколаїв,1997.- 194 с.
6. Подготовка юных гандболистов. Пособие ( Под общ. Ред.. А. И. Бондаря. – Минск : Полымя, 1994. – 80 с.

7. Арєф'єв В. Г. , Єдинак Г. А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту). Кам'янець-Подільський «РУТА». 2007.

#### Практичне заняття №4

##### **Ознайомлення та методика навчання тактичним діям :**

**- індивідуальним та груповим діям у захисті;**

**- індивідуальним та груповим діям у нападі.**

##### *План заняття*

1. Ходьба, біг, стрибки, загальнорозвиваючі вправи.
2. Пересування гандболістів; стійка гандболіста.
3. Ведення м'яча. Передачі м'яча. Кидки м'яча.
4. Технічні та тактичні дії воротаря.
5. Тактичні дії( індивідуальні та групові дії у захисті та нападі;
6. Учбова гра.
7. *Рекомендована література:*

1. Игнатъева В.Я. Гандбол. Учебное пособие для ин-тов физ. культуры-М. ;Ф иС,1983.-200 с.
2. Клусов Н.П. Ручной мяч в школе. Пособие для учителя. М. Просвещение.1986.-126 с.
3. Игнатъева В.Я., Портнов Ю. М. Гандбол: Учебник для Вузов физической культуры. М.; Физкультура, образование и наука,1996.- 318 с.
4. Латышкевич Л. А. и др.. Гандбол ( Учебное пособие для ин-тов физ. культ. )- Киев: Вища школа, 1988.- 198 с.
5. Кулаков Ю. Є. Спортивні ігри (організація та методика викладання на факультеті фізичної культури ) : Навчальний посібник . – Миколаїв,1997.- 194 с.
6. Подготовка юных гандболистов. Пособие ( Под общ. Ред.. А. И. Бондаря. – Минск : Полымя, 1994. – 80 с.
7. Арєф'єв В. Г. , Єдинак Г. А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту). Кам'янець-Подільський «РУТА». 2007.

#### Практичне заняття №5-6

##### ***Навчальні ігри. Практика суддівства.***

##### *План заняття:*

1. Ходьба, біг, стрибки, загально розвиваючі вправи.

2. Навчальні ігри.

3. Суддівство учбової гри.

*Рекомендована література:*

1. Игнатъева В.Я. Гандбол. Учебное пособие для ин-тов физ. культуры.-М. ;Ф иС,1983.-200 с.
2. Клусов Н.П. Ручной мяч в школе. Пособие для учителя. М. Просвещение.1986.-126 с.
3. Игнатъева В.Я., Портнов Ю. М. Гандбол: Учебник для Вузов физической культуры. М.; Физкультура, образование и наука,1996.- 318 с.
4. Латышкевич Л. А. и др.. Гандбол ( Учебное пособие для ин-тов физ. культ. )- Киев: Вища школа, 1988.- 198 с.
5. Кулаков Ю. Є. Спортивні ігри (організація та методика викладання на факультеті фізичної культури ) : Навчальний посібник . – Миколаїв,1997.- 194 с.
6. Подготовка юных гандболистов. Пособие ( Под общ. Ред.. А. И. Бондаря. – Минск : Полымя, 1994. – 80 с.
7. Арєф'єв В. Г. , Єдинак Г. А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту). Кам'янець-Подільський «РУТА». 2007.

## **VI. САМОСТІЙНА РОБОТА**

Для досягнення поставлених завдань щодо оволодіння курсом «Спортивні ігри і методика їх викладання» цикл аудиторних занять має доповнюватися роботою студентів як в аудиторіях(лекційні та семінарські заняття)так і в спортивному залі(практичні заняття), а також і в поза аудиторний час.

*Студенти мають опрацювати самостійно:*

- 1.) лекційний матеріал доповнити детальним поглибленням дисципліни;
- 2.) технічні прийоми гри у нападі та захисті;
- 3.) тактичні дії гри у нападі та захисті;
- 4.)методику навчання технічним прийомам та тактичним діям;
- 5.)підготувати план –конспект уроку ;
- 6.) підготуватися до ПМК.

Результати ефективної роботи визначаються якістю підготовки під час модульного контролю та практичних тестів.

Карту самостійної роботи, де визначено форми академічного контролю, успішність (бали) і термін виконання самостійної роботи бакалаврами, подано у вигляді табл.. 6.1.

### **Волейбол і методика його викладання**

Таблиця 6.1.б.

Змістовний модуль та теми курсу	Академічний контроль	Бали	Термін виконання(тижд.)
<b>Змістовний модуль 1</b> <i>Історія розвитку та становлення волейболу. Методика навчання основним технічним прийомам та тактичним діям у волейболі.</i>			
<b>Тема 1.</b> Ознайомлення з технікою гри (4 г.).	Поточний, практичне заняття	5б.	4
<b>Тема 2.</b> Методика навчання технічних прийомів нападу та захисту. (4г.)	Поточний, практичне заняття	5б.	5
<b>Тема 3.</b> Методика навчання тактичним діям у нападі та захисті (6г.)	Поточний, практичне заняття	5б.	6-7
<b>Тема 4.</b> Методика проведення уроку з волейболу. Практика суддівства змагань з волейболу. (6г.)	Поточний, практичне заняття	5б.	8
<b>Разом 20 годин</b>	<b>Разом 20 балів</b>		

## Гандбол і методика його викладання

Таблиця 6.1.в.

Змістовний модуль та теми курсу	Академічний контроль	Бали	Термін виконання(тижд.)
<b>Змістовний модуль 1</b> <i>Методика навчання техніці та тактиці гри у гандбол. Методика навчання проведенню уроку з гандболу.</i>			

<b>Тема1</b> Техніка гри у нападі польового гравця ,воротаря та методика навчання її прийомів: пересування, володіння м'ячем(4год.).	Поточний, практичне заняття	5б.	16
<b>Тема2.</b> Техніка гри у захисті польового гравця ,воротаря та методика навчання її прийомів: пересування, оволодіння м'ячем і протидії(4год.).	Поточний, практичне заняття	5б.	17
<b>Тема3.</b> Методика навчання тактичним діям у нападі та захисті(6г.).	Поточний, практичне заняття	5б.	19
<b>Тема4.</b> Методика проведення уроку з гандболу(6г.).	Поточний, практичне заняття	5б.	20
<b>Разом 20 годин</b>	<b>Разом 20 балів</b>		

## VII. СИСТЕМА ПОТОЧНОГО І ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ ЗНАНЬ

Навчальні досягнення бакалаврів з дисципліни «Спортивні ігри і методика їх викладання» оцінюються за модульно-рейтинговою системою, в основу якої покладено принцип поопераційної звітності, обов'язковості модульного контролю, накопичувальної системи оцінювання рівня знань, умінь та навичок. Контроль успішності студентів з урахуванням поточного і підсумкового оцінювання здійснюється відповідно до навчально-методичної карти (п. IV), де зазначено види й терміни контролю. Систему рейтингових балів для різних видів контролю та порядок їх переведення у національну (4-бальну) та європейську (ECTS) шкалу подано у табл. 7.1., табл. 7.2.

*Розрахунок рейтингових балів за видами поточного (модульного) контролю дисципліни*

*Волейбол і методика його викладання*



Табл.7.1а

	<b>Вид діяльності</b>	<b>Кількість балів за одиницю</b>	<b>Кількість одиниць до розрахунку</b>	<b>Всього</b>
1.	Відвідування лекцій	1	1	1
2.	Відвідування практичних (семінарських) занять.	1	6	7
3.	Виконання завдання з самостійної роботи(домашнього завдання).	5	4	20
4.	Робота на практичних (семінарських) заняттях, в т.ч. проведення окремих частин уроку.	10	3	30
5.	Модульний контроль	25	1	25
				82
Максимальна кількість балів- 81				
<b>Разрахунок 82:100=0,82</b>				

*Гандбол і методика його викладання*

Таблиця 7.1в

	<b>Вид діяльності</b>	<b>Кількість балів за одиницю</b>	<b>Кількість одиниць до розрахунку</b>	<b>Всього</b>
1.	Відвідування практичних та	1	7	7

	семінарських занять.			
2.	Виконання завдання з самостійної роботи(домашнього завдання).	5	4	20
3.	Робота на практичних заняттях, в т.ч. проведення окремих частин уроку.	10	3	30
4.	Модульний контроль	25	1	25
				82
Максимальна кількість балів-82				
<b>Разрахунок <math>82:60= 1,36</math></b>				

У процесі оцінювання навчальних досягнень студентів застосовуються такі методи:

- **Методи усного контролю:** індивідуальне опитування, фронтальне опитування, співбесіда, залік.
- **Методи письмового контролю:** реферат.
- **Методи самоконтролю:** уміння самостійно оцінювати свої знання, самоаналіз.

### Порядок переведення рейтингових показників успішності у європейські оцінки ECTS

#### Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	<b>A</b>	відмінно	

82-89	<b>B</b>	добре	зараховано
74-81	<b>C</b>		
64-73	<b>D</b>	задовільно	
60-63	<b>E</b>		
35-59	<b>FX</b>	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	<b>F</b>	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Кожний модуль включає бали за поточну роботу бакалавра на практичних заняттях, виконання самостійної роботи, індивідуальної роботи, модульного контролю.

Виконання модульного контролю здійснюється в режимі тестування.

#### **Таблиця тестового контролю «Волейбол і методика його викладання»**

№	Тести	Критерії оцінювання (Кількість виконань)	Підсумкова кількість балів.	Оцінка за 4- бальною шкалою.
1. МК1	Верхня пряма подача м'яча (10 спроб)	10-9 8-7 6-5	25-20б. 19-13б. 12-6 б. 5-1 б.	«відмінно» «добре» «задовільно» «незадовільно»

#### **Таблиця тестового контролю «Гандбол і методика його викладання»**

№	Тести	Критерії оцінювання (Кількість виконань)	Підсумкова кількість балів.	Оцінка за 4- бальною шкалою.

МК1	Штрафні кидки м'яча у ворота на точність з 7м. (кількість влучень з 10 спроб, при умові правильного виконання техніки кидка).	10-8	25-20б.	«відмінно»
		7-6	19-13б.	«добре»
		5-4	12-6 б.	«задовільно»
		3-2	5-1 б.	«незадовільно»

Модульний контроль знань бакалаврів здійснюється після завершення вивчення навчального матеріалу модуля.

## VIII. МЕТОДИ НАВЧАННЯ

### *I. Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності*

#### **1) За джерелом інформації:**

- *Словесні*: лекція (традиційна, проблемна, лекція-прес-конференція) із застосуванням комп'ютерних інформаційних технологій (PowerPoint – Презентація), пояснення, розповідь, бесіда.

- *Наочні*: спостереження, ілюстрація, демонстрація.

- *Практичні*: вправи.

**2) За логікою передачі і сприймання навчальної інформації:** індуктивні, дедуктивні, аналітичні, синтетичні.

**3) За ступенем самостійності мислення:** репродуктивні, пошукові, дослідницькі.

**4) За ступенем керування навчальною діяльністю:** під керівництвом викладача; самостійна робота студентів: з книгою; виконання індивідуальних навчальних проектів.

### *II. Методи стимулювання інтересу до навчання і мотивації навчально-пізнавальної діяльності:*

**1) Методи стимулювання інтересу до навчання:** навчальні дискусії; створення ситуації пізнавальної новизни; створення ситуацій зацікавленості (метод цікавих аналогій тощо).

## IX. МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ КУРСУ

- ✓ опорні конспекти лекцій;
- ✓ навчальні посібники;
- ✓ робоча навчальна програма;
- ✓ збірка тестових і контрольних завдань для тематичного (модульного)

оцінювання навчальних досягнень студентів;

✓ засоби підсумкового контролю ( комплект друкованих завдань для підсумкового контролю);

✓ завдання для ректорського контролю знань студентів з навчальної дисципліни «Спортивні ігри і методика навчання ».

## **Х. ОБ'ЄМНІ ВИМОГИ ДО ПМК**

### ***«Волейбол і методика його викладання»***

1. Історія виникнення та розвитку волейболу в світі.
2. Етапи розвитку волейболу на Україні.
3. Волейбол у системі фізичного виховання на Україні.
  4. Загальна характеристика гри.
  5. Розвиток фізичних якостей волейболіста.
  6. Основні поняття техніки гри у волейбол.
  7. Техніка та методика навчання прийому-передачі м'яча двома руками зверху .
  8. Техніка та методика навчання прийому-передачі м'яча двома руками знизу .
  9. Техніка та методика навчання нижньої прямої подачі.
  10. Техніка та методика навчання нижньої бокової подачі.
  11. Техніка та методика навчання верхньої прямої подачі.
  12. Техніка та методика навчання прийому подачі.
  13. Техніка та методика навчання прямого нападаючого удару.
14. Техніка виконання та методика навчання одиночного та групового блокування.
15. Системи гри в захисті.
16. Системи гри у нападі.

### ***«Гандбол і методика його викладання»***

1. Етапи розвитку гандболу в світі і на Україні. Досягнення українських гандболістів.

2. Класифікація техніки гри у гандбол.
3. Характеристика гри.
4. Техніка виконання і методика навчання ловлі-передачі м'яча.
5. Техніка виконання і методика навчання веденню м'яча.
6. Техніка виконання і методика навчання кидка м'яча прямою рукою зверху (збоку) в опорному положенні.
7. Техніка виконання і методика навчання кидка м'яча прямою рукою зверху (збоку) в стрибку.
8. Техніка виконання і методика навчання кидка м'яча у падінні.
9. Технічні і тактичні дії воротаря, методика навчання.
10. Тактичні дії у захисті, методика навчання.
11. Тактичні дії у нападі, методика навчання.
12. Методика навчання відволікаючим діям.
13. Правила гри та організація змагань з гандболу.
14. Методика проведення уроку з гандболу.

## **XI. Рекомендована література.**

### *Для дисципліни «Волейбол і методика його викладання»*

#### **Основна:**

1. Кулаков Ю. Є. Спортивні ігри (організація та методика викладання на факультеті фізичної культури) : Навчальний посібник . – Миколаїв, 1997.- 194 с.
2. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов., - М., 2004. – 518 с.
3. Волейбол. Підручник для студентів інститутів фізичної культури. Під редакцією Клещева Ю. В. та інших. М. ФіС, 1985 р.
4. Волейбол. Правила змагань з волейболу. 2002 р.
5. Піменов М. П. Волейбол. Спеціальні вправи. Київ, 1991 р.
6. Фурманов А. Г. Волейбол у школі. Київ., Р. ш., 1987 р.
7. Демчишин А. А. Волейбол – гра для всіх. – К., Здоров'я, 1986. -101 с.
8. Махов В. Я. Теорія і методика навчання рухливих і спортивних ігор. Київ., Міністерство освіти України. 1996 р. – 168 с.
9. Ханко В. Е., Маслов В. Н. Совершенствование мастерства волейболистов. Киев «Здоровье» 1990 г. – 142 с.
10. Арєф'єв В. Г. , Єдинак Г. А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту). Кам'янець-Подільський «РУТА». 2007.

11. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М., 1980.

12. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения. Под редакцией Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. М., 2004.

**Додаткова:**

1. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. – К.: Олимпийская литература, 1999. – 319 с.
2. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте: Учебное издание. – К.: Олимпийская литература, 1997. – 584 с.
3. Баландин В. И., Блудов Ю.М., Плахтиенко В.А. Прогнозирование в спорте. – М., 1986.
4. Бернштейн Н.А. О ловкости и ее развитии. – М., 1991.
5. Боген М.М. Обучение двигательным действиям. – М., 1985.
6. Горбунов Г.Д. Психопедагогика спорта. – М., 1986.

**Для дисципліни «Гандбол і методика його викладання»**

**Основна:**

1. Кулаков Ю. С. Спортивні ігри (організація та методика викладання на факультеті фізичної культури) : Навчальний посібник . – Миколаїв, 1997.- 194 с.
2. Подготовка юных гандболистов. Пособие ( Под общ. Ред.. А. И. Бондаря. – Минск : Полымя, 1994. – 80 с.
3. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М., 1980.
4. Гандбол: Справочник – Сост. Н.П. Клусов.- М., 1982.
5. Евтушенко А.Н. С мячом в руке. – М., 1986.
6. Клусов Н.П. Тактика гандбола. – М., 1980.
7. Кнышев А.К. Организация и судейство соревнований по гандболу. – М., 1986.
8. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения. Под редакцией Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. М., 2004.
9. Вихров К.Л. Футбол в школі. Київ: Радянська школа, 1990.-188с.
10. Гриндлер К., Пальке Х., Хеммс Х. Техническая и тактическая

подготовка футболистов.-М.: Фізкультура и спорт, 1976.-256с.

**Додаткова:**

1. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. – К.: Олимпийская литература, 1999. – 319 с.
2. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте: Учебное издание. – К.: Олимпийская литература, 1997. – 584 с.
3. Баландин В. И., Блудов Ю.М., Плахтиенко В.А. Прогнозирование в спорте. – М., 1986.

4. Бернштейн Н.А. О ловкости и ее развитии. - М., 1991.
5. Боген М.М. Обучение двигательным действиям. – М., 1985.
6. Горбунов Г.Д. Психопедагогика спорта. – М., 1986.