

ВОЛЕЙБОЛ
Кафедра загальнооекономічної підготовки
Економічний факультет

<i>Семестр</i>	3
<i>Освітній ступінь</i>	Бакалавр
<i>Кількість кредитів ЄКТС</i>	3
<i>Форма контролю</i>	Залік

Загальний опис дисципліни

Секція «Волейбол» у вищому навчальному закладі є невід'ємною частиною формування загальної і професійної культури сучасного спеціаліста. Вона забезпечує профільну фізичну готовність, є одним із засобів формування всебічно розвинутої особистості, фактором зміцнення здоров'я, оптимізації фізичного і психічного стану студентів у процесі професійної підготовки.

Предметом вивчення спортивної секції «Волейбол» є фізичний розвиток, функціональне удосконалення організму, навчання основним життєво важливим руховим навичкам, вмінням; є якісна, динамічна характеристика рівня розвитку і реалізації можливостей людини, що забезпечує біологічний потенціал його життєдіяльності, необхідний для гармонійного розвитку.

Завдання вивчення дисципліни.

Основними завданнями вивчення дисципліни «волейбол» є:

- засвоєння теоретичних знань з історії розвитку волейболу;
- оволодіння системою практичних умінь та навичок з технічної і тактичної підготовки;
- набуття фонду рухових умінь і навичок, забезпечення загальної фізичної підготовленості;
- зміцнення здоров'я, сприяння правильному формуванню і всебічному розвитку організму;
- оволодіння системою знань з теорії й практики суддівства.

Згідно з вимогами освітньої (освітньо-професійної, освітньо-наукової) програми студенти повинні досягти таких результатів навчання:

знати:

- історію розвитку волейболу; - засоби перевірки й оцінки техніко-тактичних дій;
- засоби перевірки й оцінки головних рухових якостей (витривалість, 3 сила, швидкість, спритність, гнучкість);
- правила змагань з волейболу;
- основи профілактики спортивного травматизму;
- вплив фізичного навантаження на організм людини;

- основи загальнооздоровчого тренування;
- основи методики самостійних занять;
- методи самоконтролю за станом свого організму у покої та під час фізичного навантаження;
- основи методики загартовування;
- засоби і методи відновлення й підвищення фізичної й розумової працездатності.

У результаті вивчення навчальної дисципліни «Волейболу» студент повинен **вміти:**

- оцінювати наявність оптимальних умов для здійснення занять;
- проводити проміжні та рубіжні зрізи показників рівня сформованості рухових вмінь та навичок, робити порівняльний аналіз;
- підготовлювати місця, інвентар для проведення занять.

Компетентності: Інтегральна компетентності

ІКІ. Здатний вирішувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми, пов'язані з порушеннями функцій органів та систем, насамперед, опорно-рухового апарату, нервової, серцево-судинної та дихальної систем із застосуванням положень, теорій та методів соціальних, педагогічних наук в умовах комплексності та невизначеності.

Загальні компетентності

ЗК 1. Здатність до аналізу та синтезу.

ЗК 2. Здатність дотримуватись етичних та юридичних норм, які стосуються галузей охорони здоров'я, фізичної культури, освіти та соціального захисту.

ЗК 3. Здатність визнавати принципи наставництва, співпрацювати в команді з іншими фахівцями та робити свій внесок у командну роботу.

ЗК 4. Здатність застосовувати методи ефективного спілкування.

ЗК 5. Здатність спілкуватися державною й іноземною мовами усно та письмово.

ЗК 6. Здатність застосовувати принципи організаційного управління.

ЗК 7. Здатність працювати з фаховою інформацією.

ЗК 8. Здатність навчатися, здійснювати особистий професійний розвиток та впроваджувати знання у практичну діяльність.

ЗК 9. Здатність відповідати за результати професійної діяльності.

ЗК10. Здатність до використання інформаційно-комунікаційних технологій у фізичній реабілітації.

Спеціальні компетентності

СК 1. Здатність пояснювати потребу у заходах фізичної реабілітації, принципи їх використання і зв'язок з охороною здоров'я.

- СК 2. Здатність аналізувати будову, нормальний та індивідуальний розвиток людського організму та його рухові функції.
- СК3. Здатність надавати долікарську допомогу під час виконання невідкладних станів.
- СК 4. Здатність розуміти та пояснювати педагогічні, соціальні аспекти, пов'язані з практикою фізичної реабілітації.
- СК 5. Здатність аналізувати, вибирати і трактувати отриману інформацію.
- СК 6. Здатність ефективно реалізовувати програму фізичної реабілітації (список)
- СК 7. Здатність адаптувати свою поточну практичну діяльність до змінних умов.
- СК 8. Здатність провадити професійну діяльність відповідно до потреб здоров'я, культурних цінностей та традицій населення України.
- СК 9. Здатність навчати здобувачів вищої освіти профілактиці ускладнень, захворювань, травм та здоровому способу життя.
- СК10. Здатність провадити безпечну для здобувачів вищої освіти практичну діяльність з волейболу.
- СК11. Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування

Професійні компетентності

- ПК1. Знання особливостей соціалізації особи шляхом залучення до занять волейболом.
- ПК2. Знання характеристик технологічних основ з волейболу;
- ПК3. Знання передового зарубіжного досвіду з функціонування організацій з волейболу
- ПК4. Уміння брати участь у здійсненні роботи відділу з реалізації в структурі організацій з волейболу
- ПК5. Знання просторової організації різних організацій з волейболу, рекреації та фізичної реабілітації.

Програмні результати навчання

- ПРН 1. Уміти працювати в колективі та команді;
- ПРН 2. Виконувати професійні функції і типові задачі діяльності;
- ПРН3. Уміти вирішувати та прогнозувати результати складних спеціалізованих задач та практичних проблем у сфері фізичної культури, що пов'язані із застосуванням відповідних підходів, теорій, методів та технологій;
- ПРН 4. Уміти вирішувати та прогнозувати результати складних задач та практичних проблем у галузі (Фізична культура).

Зміст за темами:

- Тема 1. Вдосконалення передачі м'яча зверху і знизу двома руками
- Тема 2. Сприяння розвитку спеціальної швидкості
- Тема 3. Сприяння розвитку спеціальної витривалості
- Тема 4. Сприяти розвитку стрибучості
- Тема 5. Сприяння розвитку спеціальної сили воли
- Тема 6. Сприяти розвитку стрибковій витривалості
- Тема 7. Сприяти розвитку швидкісній витривалості
- Тема 8. Вдосконалення прийомів техніки гри, передачі
- Тема 9. Вдосконалення переміщень гравців по майданчику
- Тема 10. Ознайомлення зі стійками
- Тема 11. Сприяння розвитку спеціальної сили
- Тема 12. Сприяти розвитку стрибковій витривалості
- Тема 13. Навчання та вдосконалення приймання подачі
- Тема 14. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в волейбол
- Тема 15. Самоконтроль під час занять волейболом