

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
«ПРИКАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА»**



**Факультет фізичного виховання і спорту
Кафедра спортивно-педагогічних дисциплін**

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Пляжний волейбол

Рівень вищої освіти перший (бакалаврський)
Освітня програма «Середня освіта (фізична культура)»
Спеціалізація 014.11 Фізична культура
Спеціальність 014 Середня освіта (за предметними спеціальностями)
Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка

Затверджено на засіданні кафедри
теорії та методики фізичної культури
Протокол № 4 від «20» листопада 2024р.

м. Івано-Франківськ – 2024

ЗМІСТ

1. Загальна інформація
2. Опис дисципліни
3. Структура курсу (зразок)
4. Система оцінювання курсу
5. Оцінювання відповідно до графіку навчального процесу (зразок)
6. Ресурсне забезпечення
7. Контактна інформація
8. Політика навчальної дисципліни

1. Загальна інформація

Назва дисципліни	«Пляжний волейбол»
Викладач	Цап Ірина Геннадіївна
Контактний телефон	+380506029998
E-mail викладача	iryna.tsap@pnu.edu.ua
Освітня програма	«Середня освіта (Фізична культура)»
Формат дисципліни	Очний/заочний
Обсяг дисципліни	3 кредитів ЄКТС, 90 год
Посилання на сайт дистанційного навчання	https://d-learn.pnu.edu.ua
Консультації	Вівторок, четвер 15.00–17.00 год.

2. Анотація до навчальної дисципліни

Дисципліна "Пляжний волейбол" є спеціалізованим курсом, який знайомить студентів з основами, правилами та технікою гри в пляжний волейбол. Вона спрямована на розвиток фізичних якостей, таких як сила, витривалість, координація, швидкість і гнучкість, а також тактичного мислення і командної роботи.

Курс включає теоретичні заняття, де розглядаються історія розвитку пляжного волейболу, правила гри, стратегічні підходи та аналіз ігрових ситуацій. Практична частина передбачає навчання техніці основних елементів гри: подачі, прийому, передачі, атаки, блокування та захисту.

Завдяки заняттям з пляжного волейболу студенти зможуть покращити свої фізичні показники, оволодіти базовими і спеціальними навичками гри, а також розвинути навички командної взаємодії. Дисципліна також сприяє формуванню здорового способу життя і підвищенню загальної культури рухової активності.

Цілі курсу:

Надання теоретичних знань про пляжний волейбол.

Формування практичних навичок гри.

Розвиток фізичних і психічних якостей.

Популяризація пляжного волейболу як активного виду спорту та дозвілля.

3. Мета та цілі курсу

Метою викладання навчальної дисципліни «Пляжний волейбол» є вивчення здобувачами ступеня вищої освіти бакалавра спеціальності «Середня освіта (Фізична культура)» теоретичного матеріалу, ознайомлення і засвоєння необхідних навичок технічних дій з м'ячем та без м'яча на рівні навчальної програми, оволодіння методикою початкового навчання основним технічним прийомам гри та тактичним взаємодіям, а також організацією та проведенням змагань.

4. Програмні компетентності та результати навчання

Інтегральна компетентність:

Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми в галузі освіти (фізична культура), що передбачає застосування теорії, технологій та методів відповідних наук, педагогіки, психології, теорії та методики фізичної культури, фізіології, біомеханіки, морфології і характеризуються комплексністю та невизначеністю педагогічних умов організації освітнього процесу в закладах освіти, а також у сфері шкільного туризму.

Загальні компетентності:

ЗК-1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями

ЗК-9. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях

Фахові компетентності:

ФК-2. Здатність застосовувати сучасні методи й освітні технології навчання у фізичному

вихованні.

ФК-3. Здатність здійснювати об'єктивний контроль і оцінювання рівня навчальних досягнень учнів з фізичної культури.

ФК-4. Здатність аналізувати особливості сприйняття та засвоєння учнями навчальної інформації з метою прогнозу ефективності та корекції навчально-виховного процесу з фізичного виховання.

ФК-6. Здатність до аналізу, систематизації та оцінки педагогічного досвіду, здатність до розробки методики та технологій для розвитку рухових умінь і навичок та фізичних (рухових якостей) на основі розуміння і застосування положень фізіології, морфології, біохімії, біомеханіки

ФК-9. Здатність здійснювати профілактику травматизму, забезпечувати охорону життя і здоров'я дітей

ФК-10. Здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями.

ФК-12. Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів.

ФК-13. Здатність виховувати в учнів соціально-особистісні якості цілеспрямованість, організованість, працьовитість, відповідальність, громадянськість, комунікативність.

ФК-14. Здатність оцінювати фізичні здібності і функціональний стан учнів, адекватно вибирати засоби і методи рухової діяльності для корекції стану учнів з урахуванням їх індивідуальних особливостей.

ФК-19. Здатність до безперервного професійного розвитку.

Програмні результати навчання:

ПРН-2. Знати та розуміти основні положення фізіології, біомеханіки, морфології, психології, біохімії для розвитку фізичних (рухових) якостей, формування рухових умінь і навичок людей різних вікових груп; закони і принципи навчання рухових умінь і навичок.

ПРН-3. Знати вимоги до оформлення документації та основні закономірності побудови документа для здійснення навчального процесу з фізичної культури.

ПРН-4. Знати правила профілактики травматизму та надання першої медичної допомоги.

ПРН-5. Знати вікові особливості та закономірності розвитку фізичних(рухових) якостей в різних видах рухової активності.

ПРН-14. Володіти руховими навичками в базових видах спорту на рівні масових розрядів; володіти теорією і методикою розвитку рухових умінь і навичок в базових видах рухової активності вдосконалювати руховий арсенал шляхом формування рухових умінь і навичок в інших видах рухової активності.

ПРН-16. Вміти складати планувальну і звітну документацію, організовувати та проводити масові спортивно-оздоровчі заходи та спортивні змагання.

ПРН-17. Визначати цілі і завдання, планувати навчальні заняття, розробляти необхідну документацію для проведення різного роду занять з фізичної культури; здійснення наукової, методичної, організаційної роботи вчителя фізичної культури, інспектора, методиста; вміти аналізувати, узагальнювати і поширювати передовий педагогічний досвід.

ПРН-22. Вміти планувати фізичне навантаження відповідно до вікових, статевих, морфофункціональних та психологічних особливостей людини і рівня їх підготовленості

5.Організація навчання

Обсяг навчальної дисципліни

Вид заняття	4	Загальна кількість годин
-------------	---	--------------------------

лекції	4
практичні	26
самостійна робота	60

Ознаки навчальної дисципліни			
Семестр	Спеціальність	Курс (рік)	Нормативний / вибірковий
5	014 Середня освіта (фізична культура)	3	вибірковий

Тематика навчальної дисципліни			
Тема	Кількість год.		
	лекції	практичні	сам. роб
Тема 1. Тема 2 Методика навчання техніки й тактики гри у пляжному волейболі	2		8
Тема 2. Правила змагань. Методика та вимоги до суддівства гри у пляжному волейболі	2		8
Тема 3 Методика навчання класифікації ігрових стійок у пляжному волейболі. Способи переміщення гравця на пісчаному майданчику.		2	4
Тема 4. Методика навчання техніки передачі м'яча зверху і знизу двома руками.		4	6
Тема 5 Методика навчання подачам у пляжному волейболі (верхня пряма, плануюча, силова)		4	6
Тема 6 Методика навчання прямого нападаючого удару і обманних ударів		2	6
Тема 7. Методика навчання блокування у пляжному волейболі.		4	6
Тема 8 Індивідуальні тактичні дії в нападі і захисті		2	4
Тема 9 Командні тактичні дії в нападі і захисті		4	4
Тема 10 Методика проведення змагань		2	4
Тема 11 Система розіграшу у пляжному волейболі		2	4
ВСЬОГО	4	26	60

6. Система оцінювання курсу (залік)

Накопичування балів під час вивчення дисципліни		
Види навчальної роботи		Максимальна кількість балів
Практичні навички	Робота на парах	50
Теоретичні знання	Тестування, усна відповідь	30
Самостійна робота	Індивідуальні завдання, КСР	20
Максимальна кількість балів		100

Примітка. Т – тестовий контроль знань; УВ – усна відповідь; ПН – практичні навички; СР – самостійна робота; КСР – контроль самостійної роботи.

Оцінювання відповідей студентів на практичних і семінарських заняттях відбувається за **100 бальною шкалою**.

Підсумкова оцінка за вивчення дисципліни складається із математичної суми балів за практичні навички (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множиться на ваговий коефіцієнт 0,25, відповідно максимальний бал за **практичні навички** може скласти **25 балів**), отриманих балів за **самостійну роботу** (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множиться на ваговий коефіцієнт 0,1, відповідно максимальний бал за самостійну роботу може скласти **10 балів**), оцінки за **теоретичні знання** (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множиться на ваговий коефіцієнт 0,15, відповідно максимальний бал може скласти **15 балів**) і оцінки, отриманої за **екзамен** (максимальний бал – **50 балів**), що в сумі максимально може скласти **100 балів**.

Теоретичні знання студентів оцінюються шляхом тестування та їх усної відповіді на заняттях. Максимальна кількість балів за даний вид робіт становить – **15 балів**.

Тестовий контроль рівня знань студентів проводиться під час кожного практичного заняття і реалізується в системі дистанційного навчання або на паперових носіях.

Максимальна кількість балів, набрана під час тестового контролю на кожному практичному занятті, становить 100 (виставляється згідно % правильних відповідей).

Проходження всіх тестових завдань є обов'язковим для кожного студента.

На кожному занятті студент може отримати оцінку за **усну відповідь** (УВ), участь у дискусії, розв'язування ситуаційних задач тощо. Максимально можлива кількість балів під час кожного заняття – 100.

Під час **практичних занять** студенти виконують практичні роботи з метою оволодіння практичними навичками (ПН). За кожним тематичним модулем передбачено виставлення оцінки за практичні навички. Оцінка виставляється за результатами виконання практичних видів робіт. Виконання всіх видів практичних робіт і здача супровідної документації є обов'язковою для усіх студентів.

Максимально можлива кількість балів, яку може отримати студент за **практичні навички** становить **25 балів**.

Оцінка **самостійної роботи студентів** здійснюється шляхом тестування **КСР** та виконання **індивідуальних завдань**.

Максимальна кількість балів за даний вид робіт становить – **20 балів**.

Індивідуальне завдання (ІЗ) є обов'язковим для виконання кожним студентом. Реалізується виконання індивідуального завдання шляхом підготовки та оприлюднення презентації-доповіді згідно обраної тематики.

Тематика для індивідуальних завдань є розроблена у відповідності до актуальних питань галузі та згідно програмного матеріалу курсу.

Можливе формулювання індивідуальної теми за межами пропонованої тематики з урахуванням бажання студентів, їх існуючих вмінь, навиків та уподобань, імовірного майбутнього працевлаштування, а також спортивної спеціалізації. Відбувається це за результатами індивідуальної співбесіди.

Максимально можлива кількість балів за індивідуальне завдання -100.

Індивідуальні завдання оприлюднюються у вигляді доповіді - презентації на відповідному практичному занятті згідно встановлених дат і термінів. Якщо індивідуальне завдання не було представлено вчасно без поважної причини, отримати максимальну кількість балів неможливо.

Контроль самостійної роботи (КСР) відбувається згідно затвердженого університетом графіка навчального процесу за розкладом.

Для цього студент має самостійно опрацювати програмові питання у відповідності до теми. З темами, які виносяться на контроль самостійної роботи, студент знайомиться на початку семестру. У методичних рекомендаціях до контролю самостійної роботи вказується тема (и), перелік програмових питань, які студент має опанувати, літературні джерела для опрацювання та інші матеріали за необхідності.

Контроль самостійної роботи реалізується шляхом проходження тестування на платформі

дистанційного навчання або на паперових носіях.

Максимально можлива кількість балів, яку студент може набрати під час тестового контролю самостійної роботи – 100.

Критерії оцінювання за 100-бальною шкалою:

90-100 балів – Студент вільно володіє навчальним матеріалом; висловлює свої думки; творчо виконує індивідуальні та колективні завдання; самостійно знаходить додаткову інформацію та використовує її для реалізації поставлених перед ним завдань; вільно використовує нові інформаційні технології для поповнення власних знань; комунікативні уміння та навички сформовані на високому рівні; може аргументовано обрати раціональний спосіб виконання завдання і оцінити результати власної практичної діяльності; виконує завдання, не передбачені навчальною програмою; вільно використовує знання для розв'язання поставлених перед ним завдань.

80-89 балів – Студент вільно володіє навчальним матеріалом, застосовує знання на практиці; узагальнює і систематизує навчальну інформацію, але допускає незначні помилки у порівняннях, формулюванні висновків, застосуванні теоретичних знань на практиці; за зразком самостійно виконує практичні завдання, передбачені програмою; має стійкі навички виконання завдань.

70-79 балів - Студент вільно володіє навчальним матеріалом, застосовує знання на практиці; узагальнює і систематизує навчальну інформацію, але допускає помилки у порівняннях, формулюванні висновків, застосуванні теоретичних знань на практиці; за зразком самостійно виконує практичні завдання, передбачені програмою, допускаючи незначні помилки.

60-69 балів - Студент володіє навчальним матеріалом поверхово; ознайомлений з основними поняттями навчального матеріалу; комунікативні уміння та навички сформовані частково; під час відповіді плутає поняття, непереконливо відповідає, додаткові питання викликають невпевненість; планує та виконує частину завдань з допомогою викладача.

50-69 балів – Студент володіє навчальним матеріалом поверхово, фрагментарно; на рівні запам'ятовування відтворює певну частину навчального матеріалу з елементами логічних зв'язків; знайомий з основними поняттями навчального матеріалу; комунікативні уміння та навички сформовані частково; під час відповіді допускаються суттєві помилки; має елементарні нестійкі навички виконання завдань; планує та виконує частину завдань за допомогою викладача.

Менше 50 балів – У студента не сформовані комунікативні уміння та навички; студент допускає велику кількість помилок, що ускладнює розуміння; студент не володіє навчальним матеріалом; виконує лише елементарні завдання, потребує постійної допомоги викладача.

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	A	відмінно	зараховано
80 – 89	B	добре	
70 – 79	C		
60 – 69	D	задовільно	
50 – 59	E		
26 – 49	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-25	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

7. Політика навчальної дисципліни

<p>Письмові роботи</p>	<p>Оцінювання письмових робіт студентів регламентується «Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника» (наказ ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 19 травня 2023 р. № 309) – стор. 7. Ознайомитися з положенням можна за посиланням: https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</p>
<p>Академічна доброчесність</p>	<p>Дотримання академічної доброчесності засновується на ряді положень та принципів академічної доброчесності, що регламентують діяльність здобувачів вищої освіти та викладачів університету:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Кодекс честі ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника» ➤ Положення про запобігання академічному плагіату та іншим порушенням академічної доброчесності у навчальній та науково-дослідній роботі студентів ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника». ➤ Положення про Комісію з питань етики та академічної доброчесності ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника». ➤ Положення про запобігання академічному плагіату у ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника». ➤ Склад комісії з питань етики та академічної доброчесності ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника». ➤ Лист МОН України «До питання уникнення проблем і помилок у практиках забезпечення академічної доброчесності». <p>Ознайомитися з даними положеннями та документами можна за посиланням: https://pnu.edu.ua/положення-про-запобігання-плагіату/</p>
<p>Пропуски занять (відпрацювання)</p>	<p>Можливість і порядок відпрацювання пропущених студентом занять регламентується «Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника» (наказ ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 19 травня 2023 р. № 309) – стор. 7.</p> <p>Невідпрацювання занять може призвести до відрахування здобувача вищої освіти (студента) «за порушення навчальної дисципліни і правил внутрішнього розпорядку вищого закладу освіти», відповідно до п.14 «Відрахування студентів» «Положення про порядок переведення, відрахування та поновлення студентів вищих закладів освіти» – ознайомитися із положеннями можна за посиланням: https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</p>
<p>Виконання завдання пізніше встановленого терміну</p>	<p>У разі виконання завдання студентом пізніше встановленого терміну, без попереднього узгодження ситуації з викладачем, оцінка за завдання - «незадовільно», відповідно до «Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника» (наказ ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 19 травня 2023 р. № 309) – стор. 7. та до «Положення про порядок повторного вивчення навчальних дисциплін (кредитів ECTS) в умовах ECTS» (наказ ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 19 травня 2023 р.</p>

	№ 309) – стор. 7. Ознайомитися із положенням можна за посиланням: https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/
Неформальна освіта	Можливість зарахування результатів неформальної освіти регламентується « Положення про визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної освіти, в Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника » (введено в дію наказом ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 24 листопада 2022 р. № 672) - https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/

8.Ресурсне забезпечення

Матеріально-технічне забезпечення	Мультимедіа, лабораторії, комп'ютери та інше
Література:	
<p>1 Костюкевич В.М., Шевчик Л.М., Сокольвак О.Г. Метрологічний контроль у фізичному вихованні та спорті: навч. посіб. Вінниця: ТОВ «Нілан-ЛТД», 2015. С. 163 – 168.</p> <p>2 Волейбол [Текст] : учеб. для вузов физ. культуры и спорта / под общ. ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. - 3-е изд., перераб. и доп. - М. : Физкультура и спорт : СпортАкадемПресс, 2006. - 358 с. :</p> <p>3 Лисянський В.К., Похолечук Ю.Т., Томашевський В.А., та ін. Пляжний волейбол: навч. посібник – К.: СП “Інтертехногром ” 2000. –С 89</p> <p>4 Офіційні правила змагань 2017-2020 Затверджені 35-м Конгресом ФІВБ 2016.</p> <p>5 Піменов М.П. Волейбол. Спеціальні вправи. ІваноФранківськ: Лілея-НВ, 2001</p> <p>6 Пляжний волейбол: Навч. посібник. для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності. – К.: Федерація волейболу України, Асаціяція пляжного волейболу України, 2002. – С. 140</p> <p>7 Підготовка волейболистов. / А. Г. Фурманов. - Минск: МЕТ, 2007. - 329с., ил.</p> <p>8 Роль швидко-силових здібностей у формуванні технічної підготовки волейболістів 10–14 років / Олександр Швай, Валерій Поляковський, Леонід Гнітецький, Євген Приступа // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2011. – № 1. – С. 73 – 76.</p> <p>9 Якушева Ю., Буртова О., Сівер А. Методичні основи моделювання змагальної діяльності волейбольних команд високої кваліфікації. Фізична культура, спорт і здоров'я нації. 2014. Вип. 18, том 2. С. 251 – 257.</p>	
Інформаційні ресурси інтернет:	
<p>1 Електронний каталог ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://3w.ldufk.edu.ua/</p> <p>2 Електронний репозитарій ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://repository.ldufk.edu.ua/</p> <p>3 Волейбол : ают. трьома мовами бібліогр. покажч. [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2015. – 32 с.</p> <p>4 Ігри : ают. трьома мовами бібліогр. покажч. [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2016. – 24 с.</p> <p>5 Офіційний інтернет-сайт міжнародної федерації волейболу (FIVB) [Режим доступу] (http://www.fivb.com).</p> <p>6 Офіційний інтернет-сайт європейської конференції волейболу (CEV) [Режим доступу] (http://www.cev.ua)</p> <p>7 Офіційний сайт Федерації волейболу України [Режим доступу] www.fvu.in.ua/</p> <p>8 https://www.fivb.org/EN/BeachVolleyball/</p> <p>9 Схема расстановок 5-1 [Електронний ресурс]. Режим доступу до ресурсу:</p>	

<http://volleyup.ru/znanija/uchebnik/post/trener/5-1/>

1010 Марков К. К.. Техника современного волейбола: монография [Электронный ресурс] / Красноярск:Сибирский федеральный университет,2013. -220с. Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=364063 19

Викладач Цап І.Г.