

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



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

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Практикум з волейболу

Освітня програма «Фізична культура і спорт»
Перший (бакалаврський) рівень
Спеціальність 017 Фізична культура і спорт
Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка

Затверджено на засіданні кафедри
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	«Практикум з волейболу»
Викладач	Цап Ірина Геннадіївна
Контактний телефон	+380506029998
E-mail викладача	iryna.tsap@pnu.edu.ua
Освітня програма	«Фізична культура і спорт»
Формат дисципліни	Очний/заочний
Обсяг дисципліни	3 кредитів ЄКТС, 90 год
Посилання на сайт дистанційного навчання	https://d-learn.pnu.edu.ua
Консультації	Консультації здійснюються згідно розкладу, який затверджується на кафедрі спортивно-педагогічних дисциплін на початку семестру. Асинхронна комунікація здійснюється впродовж усього періоду вивчення дисципліни, в межах робочого часу на www.d-learn.pnu.edu.ua

2. Анотація до навчальної дисципліни

Дисципліна призначена для студентів III курсу спеціальності 017 Фізична культура і спорт. Програма дисципліни "Практикум з волейболу" є практично орієнтованим курсом, спрямованим на поглиблення знань, вдосконалення технічних і тактичних навичок гри у волейбол. Вона призначена для студентів, які вже мають базові знання та навички волейболу і бажають підвищити свій рівень майстерності.

Курс охоплює комплекс практичних занять, які сприяють удосконаленню техніки основних елементів гри: подачі, прийому, передачі, атаки, блокування та захисту. Також значна увага приділяється тактичній підготовці, зокрема вивченню та відпрацюванню різних ігрових систем і стратегій.

Заняття проводяться в формі тренувань, контрольних ігор і змагань, що дозволяє студентам застосовувати теоретичні знання на практиці, вдосконалювати ігрову взаємодію в команді та розвивати особисті фізичні якості, такі як витривалість, сила, швидкість і координація.

Цілі курсу:

Вдосконалення технічних навичок гри у волейбол.

Поглиблене вивчення тактичних схем та стратегій.

Розвиток фізичних якостей, необхідних для професійної гри.

Формування командної взаємодії та спортивного духу.

Підсумкове оцінювання включає аналіз прогресу студентів, їхню участь у практичних заняттях, іграх і змаганнях, а також виконання нормативів, що підтверджують досягнення заданих рівнів підготовки.

3. Мета та цілі курсу

Метою викладання навчальної дисципліни «Практикум з волейболу» є вивчення здобувачами ступеня вищої освіти бакалавра спеціальності «017 Фізична культура і спорт» 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:

Бакалавр фізичної культури і спорту здатний розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у галузі фізичного виховання і спорту, у тренерській діяльності в обраному виді спорту, та у процесі навчання, що передбачає застосування теоретичних та методичних аспектів з фізичного виховання і спорту.

Загальні компетентності:

ЗК-1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями

ЗК-4 Здатність працювати в команді

ЗК-12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях

Фахові компетентності:

ФК-2. Здатність проводити тренування та супроводження спортсменів на змагання

ФК9. Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів.

ФК14. Здатність до безперервного професійного розвитку.

Програмні результати навчання:

ПРН5. Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.

ПРН7. Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами.

ПРН17. Знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини.

ПРН21. Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати 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.

5.Організація навчання

Обсяг навчальної дисципліни	
Вид заняття	Загальна кількість годин
лекції	6
практичні	24
самостійна робота	60

Ознаки навчальної дисципліни

Семестр	Спеціальність	Курс (рік)	Нормативний / вибірковий
4	014 Середня освіта (фізична культура)	2	вибірковий

Тематика навчальної дисципліни

Тема	Кількість год.		
	лекції	практичні	сам. роб
Тема 1.Методика навчання техніки і тактики гри у волейбол	2		6
Тема 2. Правила змагань. Методика та вимоги до суддівства гри у волейбол	2		6
Тема 3 Організація та проведення змагань з волейболу.	2		4
	4		

Тема 4. Методика навчання техніки передачі м'яча двома руками зверху і знизу		4	6
Тема 5 Методика навчання подачам у волейболі (верхня пряма, плануюча, силова)		4	6
Тема 6 Методика навчання нападаючих ударів		2	6
Тема 7. Методика навчання блокування		4	6
Тема 8 Індивідуальні тактичні дії в нападі і захисті		2	4
Тема 9. Групові тактичні дії в нападі і захисті		2	4
Командні тактичні дії в нападі і захисті		4	4
Тема 10 Методика проведення змагань		2	4
Тема 11 Спортивні ігри в системі освітніх шкільних і позашкільних закладів		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 0,5, відповідно максимальний бал за **практичні навички** може скласти 50 балів), отриманих балів за **самостійну роботу** (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множиться на ваговий коефіцієнт 0,2, відповідно максимальний бал за самостійну роботу може скласти 20 балів), оцінки за **теоретичні знання** (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множиться на ваговий коефіцієнт 0,3, відповідно максимальний бал може скласти 30 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 – **30 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 **50 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

Письмові роботи	<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.</p> <p>Ознайомитися з положенням можна за посиланням: https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</p>
Академічна доброчесність	<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».

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 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>
Пропуски занять (відпрацювання)	<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</p> <p>«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>
Виконання завдання пізніше встановленого терміну	<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.</p> <p>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. № 309) – стор. 7.</p> <p>Ознайомитися із положенням можна за посиланням: https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</p>
Неформальна освіта	<p>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/</p>

8.Ресурсне забезпечення

Література:

1. Волейбол : навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спец Костюкевич В.М., Шевчик Л.М., Сокольвак О.Г.
2. Метрологічний контроль у фізичному вихованні та спорті: навч. посіб. Вінниця: ТОВ «Нілан-ЛТД», 2015. С. 163 – 168.
2. Ванюк О.І. Методичні вказівки до практичних занять з дисципліни Розвиток координаційних здібностей волейболістів. Методичні вказівки. – Запоріжжя: ЗНТУ, 2014. – 34 с.
3. Вознюк Т.В., Ковальчук А.А., Ковальчук О.В. Волейбол у закладах вищої освіти: навчальний посібник. Вінниця: ТОВ «Твори», 2019. С. 6 – 12.
4. Єременко В.Г., Свірська Т.Ф. Фізичне виховання. Волейбол Практикум. – Київ: НАУ,

2013. – 44 с.

5. Корчагін П.О., Янкова Т.Г. Методичні вказівки з дисципліни Фізичне виховання до виконання зайняти з волейболу Методичні вказівки. – Горлівка: ДВНЗ «ДонНТУ» АДІ, 2012. – 47с.
6. Морозовський О.Л. Методичні вказівки з навчальної дисципліни Фізичне виховання Біомеханічні основи техніки волейболу Методичні вказівки. – Харків: ХНУМГ ім. А. Н. Бекетова, 2016. - 34с.
7. Офіційні волейбольні правила 2017 – 2020 рр. [Електронний ресурс]. Режим доступу до ресурсу: http://advu.com.ua/sites/default/files/oficiyni_pravyla_vol_ejbolu.pdf
8. Прозар М.В., Козак Є.П. Теорія і методика викладання спортивних ігор (волейбол): навчальний посібник [для факульт. фіз. вих. і сп. вищих навч. закладів III-IV рівнів акредитації]. Кам'янець Подільський: ТОВ «Друкарня Рута», 2015. 234 с. [Електронний ресурс]. Режим доступу до ресурсу: <http://elar.kpnu.edu.ua:8081/xmlui/handle/123456789/152> 2. С. 10 – 27.
9. Пустовалов В.О. Волейбол (теорія і методика навчання): навчально-методичний посібник. Черкаси. 2011. С. 13 – 16; 32 – 33.
10. Рибницький О.В., Мілаєв О.І. Організація та методика проведення зайняти з волейболу серед студентів ВНЗ Методичні вказівки. - Мелітополь: Вид-во ТДАТУ, 2016. - 42 с.
11. Стратій Н.В., Грищенко О.І., Істомін А.Г., Веретельникова Ю.А., Посипайко А.О., Куций Д.В. Методика навчання техніки гри у волейбол студентів вищих навчальних закладів Навчальний посібник. - ХНМУ, 2012 р. - 104 с.
12. Цицаркін О.В., Кисіль В.М. Методичні рекомендації з дисципліни Фізичне виховання розділ Історія розвитку волейболу. Основні технічні елементи та правила гри Методичні вказівки. – Рівне: НУВГП, 2014. – 43 с.
13. 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.

Додаткова

1. Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и её практическое применение. К.: Олимпийская литература, 2013. 624 с.
2. 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.
3. Пасічник В., Мельник В. Рекреаційні ігри: навч. посіб. Львів: ЛДУФК, 2018. 106 с. ISBN 978-617-7336-24-1
4. Костюкевич В.М. «Теорія і методика спортивної підготовки» (на прикладі командних ігрових видів спорту). Навчальний посібник. Вінниця: Планер, 2014. 616 с.
5. Лапочук Н.О., Удачина Л.А. Організація та суддівство змагань з видів спорту: Навчально-методичний посібник Маріуполь, 2014. 51с.

Викладач Цап І.Г.