

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
КАФЕДРА ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

**ВОЛЕЙБОЛ:
ВКАЗІВКИ ТА ЗАВДАННЯ ДЛЯ
САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ**

підготовки здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра
денної та заочної форм здобуття освіти
освітньо-професійної програми «Спорт»
спеціальності 017 Фізична культура і спорт
галузі знань 01 Освіта/Педагогіка

Запоріжжя 2022

Самостійна робота - найважливіша складова частина навчальної роботи студентів, що виконується під керівництвом викладача.

Самостійна підготовка студентів передбачає вивчення програмного матеріалу по рекомендованій літературі, роботу над освоєнням техніко-тактичних прийомів, виконання домашніх завдань.

Тематика та зміст самостійної роботи позначено у навчальній робочій програмі. Викладач знайомить студентів із тематикою та змістом самостійної роботи. Питання за кожною темою, що виносяться на самостійне вивчення, питання для самоконтролю та рекомендована література також надаються викладачем.

У цьому розділі роботи студенти виконують домашнє завдання, конспектують необхідний матеріал, вивчають самостійно теми, які були пропущені, описують техніку виконання технічних і тактичних дії у нападі і захисті, вправи для їх навчання, складають план-конспект шкільного уроку.

Студент повинен уважно прочитати питання за кожною темою та знайти відповіді на них у рекомендованій літературі, законспектувати найважливіші теоретичні положення кожної теми.

За вибором студента, окремі теоретичні теми або питання можна оформити у вигляді реферату. У рефераті слід вказати тему, питання, що розглядаються, літературу, яку було використано.

В таблиці наведені завдання, які виносяться на самостійну роботу для усної та письмової відповіді.

I атестація

№ теми	Завдання	Література	Форма контролю
1.	Описати техніку переміщень. Перелічити помилки. Вправи для вивчення.	1,5,7	Конспектування матеріалу
2.	Описати техніку верхньої передачі м'яча. Перелічити помилки. Вказати вправи для вивчення.	1,2,6	Конспектування матеріалу
3	Описати техніку нижньої передачі м'яча. Перелічити помилки. Вказати	2,3,7	Конспектування матеріалу

	вправи для вивчення.		
4	Описати техніку подачі м'яча: нижня пряма подача. Перелічити помилки. Вказати вправи для вивчення.	1,4,10	Конспектування матеріалу
5	Описати техніку подачі м'яча: верхня пряма подача. Перелічити помилки. Вказати вправи для вивчення.	2,8,10	Конспектування матеріалу
6	Описати техніку нападаючого удару, види нападаючих ударів, їх характеристика.	3,9,11	Конспектування матеріалу
7	Описати техніку виконання прямого нападаючого удару. Перелічити помилки.	9,11,13	Конспектування матеріалу
8	Описати техніки блоку. Перелічити помилки.	2,6,8,11	Конспектування матеріалу

II атестація

№ теми	Завдання	Література	Форма контролю
1.	Написати підготовчу частину шкільного уроку.	6,9,12	Конспектування матеріалу
2.	Написати основну частину уроку.	9,12	Конспектування матеріалу
3	Написання плану-конспекту уроку для класу, що призначив викладач.	6,9	Конспектування матеріалу
4	Описати індивідуальні тактичні дії гравця без м'яча. Намалювати схеми.	12,14	Конспектування матеріалу
5	Описати індивідуальні тактичні дії гравця з м'ячем. Намалювати схеми	8,10,14	Конспектування матеріалу
6	Намалювати схему і описати виконання групових взаємодій у нападі.	11,12	Конспектування матеріалу
7	Намалювати схему і описати виконання групових взаємодій у захисті.	9,13,14	Конспектування матеріалу
8	Намалювати схему і описати виконання командних взаємодій у нападі.	8,11,13	Конспектування матеріалу
9.	Описати виконання командних взаємодій у захисті.	11,13	Конспектування матеріалу

Критерії оцінювання:

- «відмінно» за національною шкалою - термінологічно вірно записана

зв'язка, охайне виконання роботи **-5 балів**

- «добре» за національною шкалою - незначні орфографічні та граматичні помилки, охайне виконання роботи - **4 бали**
- «задовільно» за національною шкалою - незначні орфографічні та граматичні помилки, неохайне виконання роботи – **3 бали**

ЛІТЕРАТУРА

Основна:

1. Борецький Ю., Сибіль М., Гложик І., Трач В. Біохімія та основи біохімії рухової активності : навч. посіб. Львів : ЛДУФК ім. І. Боберського, 2022. 292 с.
2. Сердечний В. Волейбол у рухливих іграх : метод. посіб. Старобільськ : ЛПУ ім. Т. Шевченка, 2017. 184 с.
3. Бондаренко В., Ціпов'яз А. Методика навчання елементам техніки волейболу. Кременчук: Методичний кабінет, 2018. 120с.
4. Задорожний І. Волейбол. Навчання техніки гри. Львів: ЛДУ БЖД, 2019. 134 с.
5. Жула В. Волейбол. Методика навчання. Чернігів: НУЧК імені Т.Г. Шевченка, 2021. 58 с.
6. Щепотіна Н., Поліщук В. Теорія і методика викладання спортивних ігор (волейбол): методичні рекомендації. Вінниця: ВДПУ, 2019. 48 с.
7. Радченко О., Смолюк В., Швай О., Цюпак Ю..Методика навчання основ техніки з волейболу: методичні рекомендації . Луцьк : Волинськ. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2022. 56 с.

Інформаційні ресурси:

1. Федерація волейболу України. URL: <https://www.fvu.in.ua/>
2. Волейбол в Україні. URL: <https://www.volleyball.ua/>
3. Волейбол. Суперліга України. URL: <https://pvl.org/uk>
4. Українська конфедерація волейболу. URL: <https://ukv.org.ua/>