

Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка  
Факультет фізичної культури  
Кафедра спорту і спортивних ігор

ЗАТВЕРДЖУЮ  
Завідувач кафедри спорту і спортивних ігор

 М. В. Прозар

27 серпня 2021 р.

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**СПОРТИВНО-ПЕДАГОГІЧНОГО ВДОСКОНАЛЕННЯ / ПІДВЕЩЕННЯ  
СПОРТИВНОЇ МАЙСТЕРОСТІ З  
ВОЛЕЙБОЛУ (ЖІНКИ)**

для підготовки фахівців	першого (бакалаврського) та другого (магістерського) рівнів вищої освіти
за освітньо-професійними програмами	«Середня освіта (Фізична культура)», «Тренер з видів спорту»
спеціальностей	014 Середня освіта (Фізична культура) та 017 Фізична культура і спорт
галузі знань	01 Освіта / Педагогіка
мова викладання	українська

2021-2022 навчальний рік

Розробник програми: М. В. Прозар, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, завідувач кафедри спорту і спортивних ігор, доцент

Ухвалено на засіданні кафедри спорту і спортивних ігор

Протокол № 13 від 27 серпня 2021 року

ПОГОДЖЕНО

Гаранти освітньо-професійних програм



І. І. Стасюк



Ю. В. Юрчишин



Г. А. Єдинак



М. В. Прозар

## Зміст робочої програми навчальної дисципліни

1. Метою вивчення обов'язкового освітнього компоненту професійної підготовки (1, 2 курси СВО «бакалавр», «магістр») / дисципліни вибору навчального закладу професійної підготовки (3 курс СВО «бакалавр») / вибіркової навчальної дисципліни самостійного вибору навчального закладу професійної підготовки (4 курс СВО «бакалавр») Підвищення спортивної майстерності / Спортивно-педагогічне вдосконалення / з волейболу (жінки)» є формування загальних та спеціальних (фахових) компетентностей у здобувачів вищої освіти спеціальностей 014 Середня освіта (Фізична культура) та 017 Фізична культура і спорт, ступенів вищої освіти «бакалавр» та «магістр», підготовка конкурентоздатного фахівця у сфері фізичної культури і спорту, оволодінням ним основними теоретичними знаннями в обраному виді спорту, основами техніки рухових дій, індивідуальними, груповими та командними тактичними діями у нападі та захисті, відповідним рівнем змагальної підготовки.

### 2. Обсяг дисципліни

Найменування показників	Характеристика навчальної дисципліни
	денна форма навчання
Рік навчання	1-й, 2-й, 3-й, 4-й СВО «бакалавр»; 1-й ступінь вищої освіти «магістр»; 2-й ступінь вищої освіти «магістр».
Семестр вивчення	1-й, 2-й, 3-й, 4-й, 5-й, 6-й, 7-й, 8-й СВО «бакалавр»; 1-й, 2-й, 3-й СВО «магістр».
Кількість кредитів ЄКТС	1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 4 кредити; 1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 4 кредити; 2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 5 кредитів; 2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 4 кредити; 3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 4 кредити; 4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 4 кредити; 4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 4 кредити; 1-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 4 кредити; 2-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) (1,10 місяців) – 4 кредити.
Загальний обсяг годин	1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 120 годин; 1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура

	<p>і спорт – 80 годин;  2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 148 годин;  2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 120 годин;  3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 120 годин;  4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 120 годин;  4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 120 годин;  1-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 40 годин;</p>
Лекційні заняття	<p>1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 4 години;  1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 4 години;  1-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 4 години.</p>
Практичні заняття	<p>1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 116 годин;  1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 76 годин;  2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 148 годин;  2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 120 годин;  3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 120 годин;  4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 120 годин;  4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 120 годин;  1-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 36 годин.</p>
Самостійна та індивідуальна робота	<p>1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 80 годин;  1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 80 годин;  1-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 80 годин.</p>
Форма підсумкового контролю	<p>2-й, 4-й, 6-й, 8-й семестри диференційований залік СВО «бакалавр» спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) та 017 Фізична культура і спорту  2-й, семестр залік СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура)</p>

### 3. Статус дисципліни:

1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – обов'язковий освітній компонент професійної підготовки;

1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – обов’язковий освітній компонент професійної підготовки;

2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – обов’язковий компонент професійної підготовки;

2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – обов’язковий компонент професійної підготовки;

3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – дисципліна вибору навчального закладу професійної підготовки;

4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – дисципліна самостійного вибору навчального закладу професійної підготовки;

4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – дисципліна самостійного вибору навчального закладу професійної підготовки;

1-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – обов’язковий освітній компонент професійної підготовки;

4. Передумови для вивчення дисципліни: вивченню навчальної дисципліни «Спортивно-педагогічне вдосконалення з волейболу / Підвищення спортивної майстерності» передують наступні навчальні дисципліни:

1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура): «Вступ до спеціальності», «Анатомія людини з основами спортивної морфології», «Історія фізичної культури»;

1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт: «Вступ до спеціальності», «Анатомія людини з основами спортивної морфології», «Історія фізичної культури»;

2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура): «Теорія і методика викладання рухливих ігор і забав», «Теорія і методика викладання спортивних ігор» «Теорія і методика викладання гімнастики», «Теорія і методика викладання легкої атлетики»;

2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт: «Психологія спорту», «Педагогіка спорту», «Адаптивний спорт», «Спортивні та національні види боротьби» «Теорія і методика фізичного виховання»;

3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт: «Управління у сфері фізичної культури і спорту», «Теорія і методика легкої атлетики», «Теорія і методика гімнастики» «Теорія і методики фізичного виховання», «Теорія і методика юнацького спорту»;

4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура): «Теорія і методика фізичного виховання», «Теорія і методика викладання спортивних ігор» «Теорія і методика викладання гімнастики», «Теорія і методика викладання легкої атлетики»;

4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт: «Теорія і методика фізичного виховання», «Теорія і методика спортивного тренування», «Теорія і методика юнацького спорту», «Професійна майстерність тренера» «Теорія і методика спортивних ігор», «Теорія і методика легкої атлетики», «Теорія і методика гімнастики»;

1-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура): «Методика навчання фізичної культури у закладах освіти», «Методологічні основи викладання та інноваційні технології у фізичному вихованні».

#### 5. Програмні компетентності навчання.

Загальні компетентності:

1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):

- здатність до міжособистісної взаємодії, роботи в команді, спілкування з представниками інших професійних груп різного рівня (соціальна компетентність);

- здатність до прийняття ефективних рішень у професійній діяльності та відповідального ставлення до обов'язків, мотивування людей до досягнення спільної мети (лідерська компетентність).

- 1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:

- навички міжособистісної взаємодії;

- здатність бути критичним і самокритичним; здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):

- здатність працювати в команді та автономно;

- здатність застосовувати набуті знання в практичних ситуаціях; здатність до самовдосконалення та саморозвитку;

- здатність освоювати та вдосконалювати рухові уміння і навички з різних видів рухової активності та підтримувати загальний рівень фізичної активності і здоров'я.

2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:

- навички міжособистісної взаємодії; здатність бути критичним і самокритичним;

- здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:

- здатність працювати в команді; навички міжособистісної взаємодії;

- навички міжособистісної взаємодії; здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура): відсутні.

4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:



- здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях; здатність працювати в команді;
- навички міжособистісної взаємодії.

1-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):

- здатність здійснювати міжособистісну взаємодію з представниками інших професійних груп різного рівня у вирішенні актуальних завдань фізичної культури дітей (соціальна);
- здатність генерувати нові ідеї, виявляти та розв'язувати проблеми у професійній діяльності, враховуючи положення академічної доброчесності й використовуючи адекватні методи дослідження (інноваційна);
- здатність під час роботи в команді приймати ефективні управлінські рішення, мотивувати людей досягати визначеної мети (лідерська).

*Фахові компетентності:*

1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):

- здатність володіти та практично реалізовувати педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології, спрямовані на формування у дітей вміння застосовувати набуті знання, базові й нові види рухової діяльності, що передбачені змістом фізичної культури в закладі загальної середньої освіти (навчальна компетентність);
- здатність володіти та практично реалізовувати педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології, спрямовані на розвиток фізичних (рухових), моральних, вольових якостей дітей під час реалізації різних форм фізичної культури в закладі загальної середньої освіти (розвивальна компетентність);
- здатність до рівноправної й особистісно орієнтованої взаємодії з дітьми під час реалізації різних форм фізичної культури в закладі загальної середньої освіти, у тому числі із залученням батьків на засадах партнерства для надання додаткової допомоги дітям і підтримки тих, хто має особливі освітні потреби (компетентність педагогічного партнерства);
- здатність організовувати кожну визначену форму фізичної культури дітей в закладі загальної середньої освіти (урочну, позаурочні малі й масові спортивно-оздоровчі), а також організовувати діяльність дітей під час реалізації кожної такої форми та вести документацію, передбачену освітнім процесом із фізичної культури (організаційна компетентність);
- здатність прогнозувати результати фізичної культури дітей в закладі загальної середньої освіти протягом певного року навчання, враховуючи їхні вихідні дані, індивідуальні особливості, а протягом навчального семестру й чверті з урахуванням поставлених завдань і можливостей дітей (прогностична компетентність); здатність проектувати зміст уроків, позаурочних форм фізичної культури, виконуючи вимоги державного стандарту освіти та

враховуючи освітні потреби і попередні результати розвитку та навчання дітей (проектувальна компетентність);

- здатність оцінювати результати фізичної культури за напрямом, що стосується розвитку фізичних якостей, навчання рухових дій, оволодіння теоретико-методичними знаннями; аналізувати одержані оцінки й забезпечувати самооцінювання за такими напрямками: розвиток фізичних (рухових) якостей, навчання рухових дій, формування теоретико-методичних знань, умінь (оцінювально-аналітична компетентність);

- 1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:

- здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях;

- здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя;

- здатність до безперервного професійного розвитку;

- здатність використовувати набуті теоретичні знання, практичні вміння та навички для проведення кондиційних тренувань з видів спорту;

- здатність здійснювати спортивний відбір та орієнтацію дітей, підлітків та молоді для занять видами спорту;

- здатність використовувати традиційні, авторські форми та методи для організації і проведення спортивно-масових заходів з видів спорту;

- здатність у процесі практичної підготовки вдосконалювати теоретичні знання, практичні вміння та навички для підвищення своєї професійної майстерності.

- 2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):

- здатність застосовувати сучасні методи й освітні технології навчання у фізичному вихованні;

- здатність здійснювати об'єктивний контроль і оцінювання рівня навчальних досягнень учнів з фізичного виховання;

- здатність аналізувати особливості сприйняття та засвоєння учнями навчальної інформації з метою прогнозу ефективності та корекції навчально-виховного процесу з фізичного виховання;

- здатність здійснювати профілактику травматизму, забезпечувати охорону життя і здоров'я дітей;

- здатність самостійно проводити заняття в шкільній секції спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму.

- 2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:

- здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях;

- здатність до безперервного професійного розвитку.



- 3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:
- здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях;
- здатність до безперервного професійного розвитку.

- 4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):

- використання теоретичних знань зі спортивно-педагогічного вдосконалення для виконавської, педагогічної, науково-дослідної роботи;
- використання практичних навичок зі спортивно-педагогічного вдосконалення для виконавської діяльності.

- 4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:

- здатність використовувати під час навчання та виконання професійних завдань базові знання з теорії і методики фізичного виховання та спортивної підготовки;
- здатність використовувати різні методи та прийоми навчання, виховання та соціалізації особистості;
- здатність розв'язувати практичні проблеми за невизначених умов в окремих напрямках фізичної культури і спорту;
- використання професійно-профільних знань і практичних умінь та навичок зі спортивно-педагогічного вдосконалення;
- належність необхідних технічних вмінь і навичок та відповідного рівня фізичних якостей, а також професійної майстерності для організації спортивної підготовки, підвищення своєї професійної майстерності;
- здійснення підготовчої роботи і виконавської діяльності з усіх видів рухової активності;
- застосування традиційних та авторських форм та методів організації і методики проведення спортивно-масових форм занять фізичною культурою та спортом; проведення індивідуальних та групових тренувань з людьми різних вікових груп з урахуванням параметрів їх здоров'я та фізичної підготовленості;
- формування готовності забезпечувати високий практичний і методичний рівень викладання дисциплін у повному обсязі освітньої програми відповідної спеціальності.

1-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):

- здатність формувати зміст різних форм фізичної культури дітей в закладі загальної середньої освіти відповідно до результатів науково-дослідної діяльності, проводити моніторинг необхідних характеристик дітей із використанням сучасних інформаційних технологій та оцінювати результати, враховуючи індивідуальні особливості (предметно-методична);
- здатність до передачі навчального матеріалу, що стосується формування умінь, навичок у рухових діях із різних видів фізичної активності, формування

знань у питаннях із фізичної культури в закладі загальної середньої освіти на засадах персоналізованого підходу (навчальна);

- здатність реалізовувати педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології та самостійно розробляти методики різнобічного розвитку дітей в освітньому процесі з фізичної культури (розвивальна);

- здатність орієнтуватись в інформаційному просторі питань з фізичної культури, здійснювати пошук, критично оцінювати й оперувати інформацією під час професійної діяльності, використовуючи наявні електронні (цифрові) освітні ресурси (інформаційно-цифрова);

- здатність визначати і враховувати під час реалізації різних форм фізичної культури психофізіологічні особливості дітей для посилення мотивації, формування позитивної самооцінки, я-ідентичності, ціннісного ставлення до власного здоров'я, здорового способу життя і (психологічна);

- здатність виявляти шанобливе ставлення, цінувати особистість кожної дитини та забезпечувати їй можливість керувати власними емоційними станами за допомогою засобів і методів фізичної культури (емоційно-етична);

- здатність до рівноправної дії і взаємодії з дітьми, залученими фахівцями при проведенні індивідуальних і групових занять з фізичної культури (педагогічного партнерства);

- здатність створювати для дітей під час занять з фізичної культури безпечне освітнє середовище, використовуючи відповідні технології, а також здійснювати просвітницьку діяльність щодо безпеки життєдіяльності, санітарії, гігієни, формувати культуру здорової й безпечної життєдіяльності та зберігати власне фізичне, психічне, духовне здоров'я (здоров'язбережувальна).

#### 6. Очікувані результати навчання з дисципліни.

За результатами вивчення обов'язкового освітнього компоненту професійної підготовки / нормативної навчальної дисципліни професійної підготовки «Спортивно-педагогічне вдосконалення / Підвищення спортивної майстерності» у здобувачів вищої освіти мають сформуватися такі **програмні результати навчання**:

1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):

- володіє та практично реалізує педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології для навчання дітей застосовувати набуті знання при реалізації базових і нових видів рухової діяльності, що передбачені змістом фізичної культури в закладі загальної середньої освіти; володіє та практично реалізує педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології для формування освіченості дітей у здійсненні розвитку фізичних (рухових), моральних, вольових якостей за допомогою засобів і методів фізичної культури;

- застосовує механізми суб'єкт-суб'єктного підходу в практичній діяльності, вміння координувати і стимулювати навчально-пізнавальну діяльність дітей, підтримання їх прагнень до розкриття індивідуальних

здібностей, можливостей і саморозвитку, в тому числі із залученням батьків на засадах партнерства для надання додаткової допомоги дітям та підтримки тих, хто має особливі освітні потреби; знає вимоги до оформлення документації, основні закономірності побудови документів для забезпечення освітнього процесу та вміє практично застосувати такі знання;

- застосовує у професійній діяльності методи наукового пізнання, збирає інформацію, інтерпретує її та робить висновки щодо дієвості освітніх інновацій у фізичній культурі, умов упровадження й інтегрування останніх у власну практику, а при висвітленні результатів власної пошукової діяльності виконує положення документальних джерел, що стосуються академічної доброчесності.

- 1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:

- здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем;

- показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення;

- засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег;

- здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами;

- використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості;

- аргументувати управлінські рішення для вирішення проблем, які виникають в роботі суб'єктів фізичної культури і спорту;

- мати навички лідерства;

- застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати;

- володіти необхідним арсеналом техніко-тактичних вмінь, рухових дій та навичок, належним рівнем розвитку фізичних якостей у професійній діяльності;

- здійснювати аналіз та оцінку здібностей, задатків особи до певного виду фізичної активності;

- використовувати під час практичної підготовки теоретичні знання, практичні вміння та навички для проведення тренувальних занять з обраного виду спорту із врахуванням рівня розвитку фізичної, технічної, тактичної, психологічної, змагальної та інтегральної підготовленості осіб, які займаються.

2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):

- усвідомлює витоки і еволюцію формування теорії спортивного тренування, медико-біологічні та психологічні основи і технологію фізичного виховання представників різних вікових груп, санітарно-гігієнічні основи діяльності у сфері фізичної культури і спорту;

- знає, як застосовувати на практиці основні вчення в галузі фізичної культури; володіє актуальними технологіями педагогічного контролю і корекції, засобами і методами управління станом людини;

- знає закони і принципи розучування рухових умінь і навичок, володіє теорією і методикою розвитку рухових умінь і навичок в базових видах рухової активності;

- знає основні теоретичні положення в галузі фізичної культури;

- знає біологічні, соціальні, психологічні, духовні чинники, що обумовлюють значущість професії фахівця в галузі фізичного виховання та спорту; володіє педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і вміє самостійно розробляти методики і технології для інтегрального гармонійного розвитку людини;

- володіє руховими вміннями і навичками в обраному виді спорту на рівні кваліфікованого спортсмена;

- здатний складати планувальну і звітну документацію, організовувати та проводити масові фізкультурні заходи та спортивні змагання; здатний розуміти значення культури як форми людського існування, цінувати різноманіття та мультикультурність світу і керуватися у своїй діяльності сучасними принципами толерантності, діалогу і співробітництва;

- здатний вчитися упродовж життя і вдосконалювати з високим рівнем автономності набути під час навчання кваліфікацію;

- здатний аналізувати соціально та особистісно значущі світоглядні проблеми, приймати рішення на основі сформованих ціннісних орієнтирів і гуманістичних ідеалів, розуміння концепції сталого розвитку людства;

- здатний створювати рівноправний і справедливий клімат, що сприяє навчанню всіх учнів, незалежно від їх соціально-культурно-економічного контексту.

2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:

- показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення;

- застосовувати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег;

- застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:

- показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення;

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

4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):

- вміє розробляти перспективні та оперативні плани і програми конкретних занять в сфері дитячо-юнацького спорту та зі спортсменами масових розрядів;



- підвищує професійний рівень і кваліфікацію.

4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:

- демонструвати готовність до засвоєння нового матеріалу та вміння оцінювати себе критично; поглиблювати базові знання з допомогою самоосвіти; вміння представити і оцінити власний досвід та аналізувати й застосовувати досвід колег;

- демонструвати уміння планувати, чітко формулювати цілі, застосовувати різноманітні методики, технології та практики тайм-менеджменту, які сприятимуть ефективній організації часу відповідно до особистісних та професійних потреб;

- виконувати визначені види рухових дій для занять масовим спортом; дотримуватись рекомендацій щодо тривалості та інтенсивності оздоровчої рухової активності протягом тижня; вести здоровий спосіб життя та здавати встановлені тести і нормативи щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України;

- пояснювати принципи, засоби та методи фізичного виховання населення; інтерпретувати теорію навчання рухових дій; описувати методики розвитку фізичних якостей; визначати форми організації занять у фізичному вихованні;

- демонструвати знання теоретичних засад використання рухової активності людини під час дозвілля для збереження здоров'я, зокрема, спортивного туризму й орієнтування на місцевості; проводити оцінку рухової активності; складати план кондиційного тренування; розробляти та організовувати фізкультурно-оздоровчі заходи для різних груп населення;

- пояснювати принципи, мету, завдання, засоби та методи спортивної підготовки, обговорювати особливості змагальної діяльності та організацію й проведення спортивних змагань, структуру тренувального процесу, основи відбору і орієнтації спортсменів, основи моделювання та прогнозування у підготовці спортсменів; визначати позатренувальні та позазмагальні засоби стимулювання працездатності та відновлювальних процесів.

1-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):

- здійснює комунікацію з дітьми, іншими учасниками освітнього процесу в закладі загальної середньої освіти на засадах поцінювання української національної культури, вияву поваги до багатоманітності й мультикультурності суспільства, творчого самовиразу;

- здійснює професійну діяльність свідомо та відповідально, поважаючи права і свободи кожної людини та реалізуючи свої права і обов'язки;

- генерує нові ідеї, виявляє і розв'язує проблеми у професійній діяльності з урахуванням положень про академічну доброчесність і використанням адекватних методів дослідження;

- приймає під час командної діяльності з фізичної культури ефективні управлінські рішення, вміє мотивувати людей до досягнення поставленої мети;

- формує зміст різних форм фізичної культури дітей в закладі загальної середньої освіти на основі результатів науково-дослідної діяльності з моніторингу необхідних характеристик дітей і оцінювання їхніх результатів із урахуванням індивідуальних особливостей;

- здійснює освітню діяльність із формування умінь, навичок дітей у рухових діях із різних видів фізичної активності, знань у питаннях фізичної культури на засадах персоналізованого підходу;

- здійснює різнобічний розвиток дітей під час реалізації різних форм фізичної культури за допомогою самостійно розроблених методик та наявних інноваційних педагогічних, медико-біологічних, інформаційних технологій;

- орієнтується в інформаційному просторі питань з фізичної культури, здійснює пошук, критично оцінює й оперує інформацією під час професійної діяльності, використовуючи наявні цифрові сервіси і технології для підвищення ефективності фізичної культури та професійного розвитку (онлайн тренінги, дистанційні курси тощо); у зв'язку з цим дотримується академічної доброчесності, вимог з охорони авторських прав під час використання та поширення електронних (цифрових) освітніх ресурсів;

- забезпечує дітям на заняттях із фізичної культури безпечне освітнє середовище, використовуючи відповідні педагогічні технології для формування знань про правила безпеки життєдіяльності, особисту гігієну, фізичну активність і відпочинок, здорове харчування, запобігання шкідливим звичкам, санітарні, протиепідемічні правила і норми, а також дотримуючись їх та здійснюючи профілактичні заходи зі збереження власного фізичного, психічного, духовного здоров'я;

- обирає методи і засоби дослідження, що адекватні завданням із прогнозу досягнень дітей з фізичної культури у кожному визначеному завданні з фізичної культури;

- визначає сильні та слабкі сторони власної педагогічної діяльності, відповідність професійних компетентностей чинним вимогам, а також шляхи і способи усунення існуючих недоліків в організації, формуванні, реалізації змісту фізичної культури для досягнення її мети.

6. Очікувані результати навчання з дисципліни: здобувачі вищої освіти після закінчення курсу мають **знати**:

- визначення базових понять предмету «Спортивно-педагогічне вдосконалення / Підвищення спортивної майстерності»: техніка гри, технічна майстерність, класифікація техніки, технічний прийом, тактика гри, засоби ведення гри, форми ведення гри, тактична комбінація, система гри, індивідуальні, групові, командні дії, стратегія, загальна фізична підготовка, спеціальна фізична підготовка;

- історію та розвиток волейболу у світі;

- історію та розвиток волейболу в Україні;

- сучасний стан та перспективи розвитку волейболу України;

- зміст, характеристика і значення гри;

- майданчик інвентар та обладнання для гри;



- основні правила гри з волейболу;
- волейбол, як засіб фізичного виховання школярів;
- волейбол, як засіб оздоровчо-рекреаційної рухової активності;
- класифікацію технічних прийомів у нападі та захисті;
- класифікацію тактичних дій у нападі та захисті;
- анатомо-фізіологічні особливості дітей, підлітків та молоді.

#### **вміти:**

- підбирати імітаційні, підвідні та підготовчі вправи для вивчення техніки та тактики гри у волейбол;

- у командній взаємодії використовувати під час навчальної гри індивідуальні, та командні тактичні дії у нападі та захисті;

- виконувати технічні прийоми гри у волейбол: переміщення у нападі та захисті, передачу м'яча двома руками зверху, прийом-передачу м'яча двома руками знизу, верхню пряму подачу (плануючу), силову подачу м'яча в стрибку; прямий нападаючий удар, нападаючий удар по лінії, нападаючий удар з переводом; блокування, передне падіння, бокове падіння;

- підготувати план-конспект уроку з волейболу для учнів різних вікових груп;

- підготувати план-конспект навчально-тренувального заняття з волейболу для учнів груп початкової, базової та спеціалізованої підготовки в ДЮСШ;

- володіти методикою навчання та вдосконалення рухових дій;

- володіти методикою проведення підготовчої, основної, заключної частини уроку фізичної культури з елементами волейболу;

- володіти методикою проведення навчально-тренувального заняття з волейболу в групах початкової, базової та спеціалізованої підготовки в ДЮСШ;

- володіти методикою проведення кондиційного тренування засобами волейболу з різними груп населення, фізичної, технічної та тактичної підготовленості;

- володіти методикою суддівства ігор з волейболу;

- розробити Положення про змагання;

- оформити технічну та іменну заявки для участі у змаганнях;

- скласти календар ігор для участі у змаганнях за системами розіграшу (колова, з вибуванням, змішана);

- оформити таблицю результатів;

- вміти вести офіційний протокол гри у волейбол;

- виконувати обов'язки I та II суддів на майданчику, судді секретаря;

- вміти оформити звіт головного судді.

7. Засоби діагностики результатів навчання: завдання вхідного і поточного і кінцевого контролю.

8.1 Програма обов'язкового освітнього компоненту професійної підготовки для спеціальностей 017 Фізична культура і спорт, ОПП «Тренер з видів спорту» 014 Середня освіта (Фізична культура), ОПП Середня освіта «Фізична культура» СВО «бакалавр» та «магістр» – 1, 2 курси.

Тематика занять	Кількість годин																		
	Лекційні заняття				Практичні заняття				Самостійна робота										
	FK1- B21, FK2- B21	FK1- M21	FK1- M20 v0	FK1- M21 v0	FKSI- M20	FK1- B21, FK2- B21	FKSI- M20	FK1- M21 v0	FK1- M20 v0	FKSI- M21	FKSI- M20	FK1- M21 v0	FK1- M20 v0	FK1- M21 v0	FK1- M20 v0	FKSI- B21	FKSI- M20	FKSI- M20	
	2/2	2/2	2/2	2/2	2/2	58/58	38/38	18/18	18/18	18/18	18/18	20/20	30/30	20/20	40/40	40/40	40	40/40	40
<b>ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1. ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА</b>																			
Тема 1. Вступ у навчальну дисципліну «Підвищення спортивної майстерності».	2	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	2	-	-	-
Тема 2. Особливості фізичної підготовки в циклічних і ациклічних видах спорту.	2	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	2	-	-	-
Тема 3. (ПЗ 1). Тестування для вияву рівня загальної фізичної підготовки.	-	-	-	-	-	2	2	2	-	-	-	-	-	-	-	2	-	-	-
Тема 4. (ПЗ 2). Тестування для вияву рівня загальної фізичної підготовки.	-	-	-	-	-	2	-	-	-	-	-	-	2	2	-	-	-	-	-
Тема 5. (ПЗ 3). Тестування для вияву рівня спеціальної фізичної підготовки.	-	-	-	-	-	2	2	2	-	-	-	-	2	-	-	-	-	-	-
Тема 6. (ПЗ 4). Тестування для вияву рівня спеціальної фізичної підготовки.	-	-	-	-	-	2	2	-	-	-	-	-	2	2	-	-	-	-	-
Тема 7. (ПЗ 5). Загальна фізична підготовка – розвиток швидкості.	-	-	-	-	-	2	2	-	-	-	-	-	-	-	2	-	-	-	-
Тема 8. (ПЗ 6). Загальна фізична підготовка – розвиток координаційних якостей.	-	-	-	-	-	2	-	-	-	-	-	-	-	-	2	-	-	-	-
Тема 9. (ПЗ 7). Загальна фізична підготовка – розвиток сили верхнього плечового	-	-	-	-	-	2	2	-	-	-	-	-	2	-	-	-	-	-	-





















8.2 Програма обов'язкового компоненту професійної підготовки (2 курс СВО «бакалавр» / дисципліни вибору навчального закладу професійної підготовки (3 курс СВО «бакалавр») / вибіркової навчальної дисципліни самостійного вибору навчального закладу професійної підготовки (4 курс СВО «бакалавр») для спеціальностей 017 Фізична культура і спорт, ОПІ «Тренер з видів спорту» 014 Середня освіта (Фізична культура), ОПІ Середня освіта «Фізична культура».

Тематика занять	Кількість годин					
	2 курс СВО «бакалавр»		3 курс СВО «бакалавр»		4 курс СВО «бакалавр»	
	FK1-B20, FK2-B20	FKS1-B20	FK1-B19, FK2-B19	FKS1-B19	FK1-B18, FK2-B18	FKS1-B18
	74/74 148	60/60 120	46/46 92	60/60 120	60/60 120	60/60 120
<b>ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1. ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА</b>						
Тема 1. (ПЗ 1). Тестування для вияву рівня загальної фізичної підготовки.	2	2	-	2	2	2
Тема 2. (ПЗ 2). Тестування для вияву рівня загальної фізичної підготовки.	2	2	-	2	2	2
Тема 3. (ПЗ 3). Тестування для вияву рівня спеціальної фізичної підготовки.	2	2	-	2	2	2
Тема 4. (ПЗ 4). Тестування для вияву рівня спеціальної фізичної підготовки.	2	2	-	2	2	2
Тема 5. (ПЗ 5). Загальна фізична підготовка – розвиток швидкості.	2	2	-	2	2	2
Тема 6. (ПЗ 6). Загальна фізична підготовка – розвиток координаційних якостей.	2	2	-	2	2	2
Тема 7. (ПЗ 7). Загальна фізична підготовка – розвиток сили верхнього плечового поясу.	2	2	-	2	2	2
Тема 8. (ПЗ 8). Загальна фізична підготовка – розвиток вибухової сили м'язів нижніх кінцівок.	2	2	-	2	2	2
Тема 9. (ПЗ 9). Спеціальна фізична підготовка – розвиток швидкості реакції.	2	2	-	2	2	2
Тема 10. (ПЗ 10). Спеціальна фізична підготовка – розвиток вибухової сили верхнього плечового поясу.	2	2	-	2	2	2
Тема 11 (ПЗ 11) Спеціальна фізична підготовка – розвиток ігрової витривалості.	2	2	-	2	2	2
Тема 12 (ПЗ 12). Спеціальна фізична підготовка – розвиток вибухової сили м'язів верхніх і нижніх кінцівок.	2	2	-	2	2	2
<b>Разом за ЗМ 1</b>	<b>24</b>	<b>24</b>	<b>-</b>	<b>24</b>	<b>24</b>	<b>24</b>
<b>ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2. ТЕХНІЧНА ПІДГОТОВКА</b>						
Тема 1 (ПЗ 13) Техніка нападу – вдосконалення техніки прямого нападаючого удару.	2	2	-	2	2	2
Тема 2 (ПЗ 14). Техніка захисту – вдосконалення техніки переміщень у захисті.	2	2	-	2	2	2
Тема 3 (ПЗ 15). Техніка нападу – вдосконалення	2	2	-	2	2	2



техніки нападаючого удару у «хід».						
Тема 4 (ПЗ 16). Техніка нападу – вдосконалення техніки нападаючого удару по «лінії».	2	2	-	2	2	2
Тема 5 (ПЗ 17). Техніка нападу – вдосконалення техніки нападаючого удару з «переводом».	4	2	-	2	2	2
Тема 6 (ПЗ 18). Техніка нападу – вдосконалення техніки нападаючих ударів по блоку в аут.	4	2	-	2	2	2
Тема 7 (ПЗ 19). Техніка захисту – вдосконалення техніки прийому м'яча з подачі (передачі м'яча двома руками зверху, прийому-передачі м'яча двома руками знизу).	2	2	-	2	2	2
Тема 8 (ПЗ 20). Техніка нападу – вдосконалення техніки нападаючих ударів з передач, які відведенні від сітки.	4	2	-	2	2	2
Тема 9 (ПЗ 21). Техніка нападу – вдосконалення техніки нападаючих ударів із прискорених передач у 2-й та 4-й зонах волейбольного майданчика.	4	2	-	2	2	2
Тема 10 (ПЗ 22). Техніка нападу – вдосконалення техніки нападаючих ударів із задньої лінії з п'ятої зони.	4	2	-	2	2	2
Тема 11 (ПЗ 23). Техніка захисту – вдосконалення техніки прийому нападаючих ударів.	2	2	-	2	2	2
Тема 12 (ПЗ 24). Техніка нападу – вдосконалення техніки нападаючих ударів із задньої лінії з першої зони.	2	2	-	2	2	2
Тема 13 (ПЗ 25). Техніка захисту – вдосконалення техніки прийому силової подачі м'яча в стрибку.	4	2	-	2	2	2
Тема 14 (ПЗ 26). Техніка нападу – вдосконалення техніки нападаючих ударів із задньої лінії з шостої зони.	2	2	-	2	2	2
Тема 15 (ПЗ 27). Техніка нападу – вдосконалення техніки нападаючих ударів із задньої лінії з шостої зони.	4	2	-	2	2	2
Тема 16 (ПЗ 28). Техніка захисту – вдосконалення техніки прийому нападаючих ударів по блоку в 1-й, 6-й та 5-й зонах волейбольного майданчика.	2	2	-	2	2	2
Тема 17 (ПЗ 29). Техніка захисту – вдосконалення техніки прийому плануючого подачі м'яча «флоп».	2	2	-	2	2	2
Тема 18 (ПЗ 30). Техніка захисту – вдосконалення техніки одиночного та групового блокування.	2	2	-	2	2	2
<b>Разом за 3М 2</b>	<b>50</b>	<b>36</b>	<b>-</b>	<b>36</b>	<b>36</b>	<b>36</b>
<b>ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 3. ТАКТИЧНА ПІДГОТОВКА</b>						
Тема 1 (ПЗ 31). Тактика нападу – вдосконалення індивідуальних тактичних дій у нападі (силова подача м'яча в стрибку по «лінії»).	4	2	-	2	2	2
Тема 2 (ПЗ 32). Тактика захисту – вдосконалення техніки одиночного блокування в 2-й, 3-й, 4-й зонах.	2	2	-	2	2	2
Тема 3 (ПЗ 33). Тактика нападу – вдосконалення індивідуальних тактичних дій у нападі (силова	2	2	-	2	2	2



подача м'яча в стрибку в «хід»).						
Тема 4 (ПЗ 34). Тактика нападу – вдосконалення індивідуальних тактичних дій у нападі (силова подача м'яча в стрибку «накатом» у передню частину майданчика).	4	2	-	2	2	2
Тема 5 (ПЗ 35). Тактика нападу – вдосконалення індивідуальних тактичних дій у нападі (силова подача м'яча в стрибку у розріз між приймаючими).	2	2	-	2	2	2
Тема 6 (ПЗ 36). Тактика захисту – вдосконалення техніки групового блокування в 4-й та 2-й зонах.	4	2	-	2	2	2
Тема 7 (ПЗ 37). Тактика захисту – вдосконалення групової взаємодії гравців 4-ї і 5-ї зон при прийомі нападаючих ударів, які виконуються в «хід» з 2-ї зони.	2	2	-	2	2	2
Тема 8 (ПЗ 38). Тактика нападу – вдосконалення індивідуальних тактичних дій у нападі (плануюча подача м'яча у 5-ту зону).	4	2	-	2	2	2
Тема 9 (ПЗ 39). Тактика нападу – вдосконалення індивідуальних тактичних дій у нападі (плануюча подача м'яча у 6-ту зону).	4	2	-	2	2	2
Тема 10 (ПЗ 40). Тактика захисту – вдосконалення групової взаємодії гравців 5-ї і 6-ї зон при прийомі нападаючих ударів, які виконуються по «лінії» з 1-ї зони.	4	2	-	2	2	2
Тема 11 (ПЗ 41). Тактика нападу – вдосконалення індивідуальних тактичних дій у нападі (плануюча подача м'яча у 6-ту зону).	2	2	-	2	2	2
Тема 12 (ПЗ 42). Тактика захисту – вдосконалення групової взаємодії гравців 5-ї та 6-ї зон при прийомі нападаючих ударів, які виконуються в «хід» першим темпом з 3-ї зони.	4	2	-	2	2	2
Тема 13 (ПЗ 43). Тактика нападу – вдосконалення індивідуальних тактичних дій у нападі (плануюча подача м'яча у 1-шу зону).	2	2	-	2	2	2
Тема 14 (ПЗ 44). Тактика нападу – вдосконалення індивідуальних тактичних дій у нападі (плануюча подача м'яча у стрибку в розріз між приймаючими 5-ї і 6-ї зон).	2	2	-	2	2	2
Тема 15 (ПЗ 45). Тактика нападу – вдосконалення індивідуальних тактичних дій у нападі (плануюча подача м'яча у стрибку в розріз між приймаючими 1-ї і 6-ї зон).	2	2	-	2	2	2
Тема 16 (ПЗ 46) Тактика захисту – вдосконалення групової взаємодії гравців 5-ї та 6-ї зон при прийомі нападаючих ударів, які виконуються по «ходу» з 6-ї зони.	2	2	-	2	2	2
Тема 17 (ПЗ 47). Тактика захисту – вдосконалення групової взаємодії гравців 5-ї та 6-ї зон при прийомі нападаючих ударів, які виконуються в «хід» першим темпом з 3-ї зони.	2	2	-	2	2	2
Тема 18 (ПЗ 48). Тактика нападу – вдосконалення	2	2	-	2	2	2

групових тактичних дій у нападі (взаємодія розігравального із гравцями 3-ї і 2-ї зони).						
Тема 19 (ПЗ 49). Тактика нападу – вдосконалення групових тактичних дій у нападі (взаємодія розігравального із гравцями 3-ї і 1-ї зони).	2	2	-	2	2	2
<b>Разом за ЗМ 3</b>	<b>52</b>	<b>38</b>	<b>-</b>	<b>38</b>	<b>38</b>	<b>38</b>
<b>ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 4. СУДІВСЬКА І ЗМАГАЛЬНА ПІДГОТОВКА</b>						
Тема 1 (ПЗ 50). Обов'язки технічного делегата змагань з волейболу. Обов'язки головного секретаря змагань з волейболу.	2	2	-	2	2	2
Тема 2 (ПЗ 51). Місцезнаходження, обов'язки та повноваження першого та другого суддів змагань з волейболу.	2	2	-	2	2	2
Тема 3 (ПЗ 52). Місцезнаходження, обов'язки та повноваження судді секретаря.	2	2	-	2	2	2
Тема 4 (ПЗ 53). Місцезнаходження, обов'язки та повноваження суддів на лінії.	2	2	-	2	2	2
Тема 5 (ПЗ 54). Методика суддівства волейбольних поєдинків у якості першого, другого суддів, судді секретаря, суддів на лінії.	2	2	-	2	2	2
Тема 6 (ПЗ 55). Змагальна підготовка, участь у товариських поєдинках.	2	2	-	2	2	2
Тема 7 (ПЗ 56). Змагальна підготовка, участь у товариських поєдинках.	2	2	-	2	2	2
Тема 8 (ПЗ 57). Змагальна підготовка, участь у товариських поєдинках.	2	2	-	2	2	2
Тема 9 (ПЗ 58). Змагальна підготовка, участь у товариських поєдинках.	2	2	-	2	2	2
Тема 10 (ПЗ 59). Змагальна підготовка, участь в офіційних змаганнях.	2	2	-	2	2	2
Тема 11 (ПЗ 60). Змагальна підготовка, участь в офіційних змаганнях.	2	2	-	2	2	2
<b>Разом за ЗМ 4</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>-</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>22</b>
<b>Разом</b>	<b>148</b>	<b>120</b>	<b>-</b>	<b>120</b>	<b>120</b>	<b>120</b>

9. Форми поточного та підсумкового контролю – ступінь вищої освіти «бакалавр» 2, 4, 6, 8 семестри диференційований залік, ступінь вищої освіти «магістр» 1, 2, 3, 4 семестри залік.

#### 10. Критерії оцінювання результатів навчання

Поточний і модульний контроль (100 балів)				Сума
ЗМ 1	ЗМ 2	ЗМ 3	ЗМ 4	100 балів
Поточний контроль	Поточний контроль	Поточний контроль	Поточний контроль	
20 балів	30 балів	30 балів	20 балів	

**Поточний контроль (100 балів)**

Максимальний бал оцінки поточної успішності студентів на навчальних заняттях рівний 12-ти.

# ТАБЛИЦЯ ВІДПОВІДНОСТІ РЕЗУЛЬТАТІВ КОНТРОЛЮ ЗНАНЬ ЗА РІЗНИМИ ШКАЛАМИ І КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

Сума балів за 100-бальною шкалою	Оцінка в ECTS	Значення оцінки ECTS	Критерій оцінювання теоретичної підготовки	Критерій оцінювання практичної підготовки	Рівень компетентності	Оцінка за національною шкалою
						Диференційований залік
90-100	A	відмінно	Студент виявляє особливі творчі здібності, вміє самостійно здобувати знання, без допомоги викладача знаходить та опрацьовує необхідну інформацію, вміє використовувати набуті знання і вміння для прийняття рішень у нестандартних ситуаціях, переконливо аргументує свої відповіді, самостійно розкриває власні обдарування і нахили	Технічний елемент виконано правильно, точно, впевнено і вільно	Високий (творчий)	відмінно
82-89	B	дуже добре	Студент вільно володіє вивченим обсягом матеріалу, застосовує його на практиці, вільно розв'язує вправи і задачі у стандартних ситуаціях, самостійно виправляє допущені помилки, кількість яких незначна	Технічний елемент виконано правильно, точно, впевнено і вільно, але допущена одна не суттєва помилка	Достатній (конструктивно-варіативний)	добре
75-81	C	добре	Студент вміє зіставляти, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача, в цілому самостійно застосовує її на практиці, контролювати власну діяльність, виправляти помилки, серед яких є суттєві, добирає аргументи для підтвердження своїх думок	Технічний елемент виконаний правильно, але допущено не більше двох незначних помилок, які ведуть до неточного виконання деталей техніки	Середній (репродуктивний)	задовільно
67-74	D	задовільно	Студент відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень, з допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, виправляти помилки, серед яких є значна кількість суттєвих	Технічний елемент виконано в основному правильно, але з однією помилкою, яка призводить до невиконання деталей техніки або трьома помилками, які спричиняють неточне виконання рухової дії		
60-66	E	достатньо	Студент володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні	Технічний елемент виконано в основному правильно, але з однією грубою помилкою		
35-59	FX	задовільно, з можливістю повторного складання семестрового контролю	Студент володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу	Технічний елемент виконаний несправильно, допущено спотворення основи техніки або допущено більше чотирьох інших помилок		
1-34	F	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням залікового кредиту	Студент володіє матеріалом на рівні елементарного розпізнання і відтворення окремих фактів, елементів, об'єктів	Технічний елемент не виконано зовсім	Низький (рецептивно-продуктивний)	незадовільно

**Шкала оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти освітнього ступеня «бакалавр» спеціальностей 014 Середня освіта (Фізична культура) та 017 Фізична культура і спорт**

Тестові випробування	Кількісний показник						Бали що нарах. за 12 б.с.о.
	ОС «Бакалавр»				ОС «Магістр»		
	I	II	III	IV	I рік навчання	II рік навчання	
<b>Змістовий модуль 1 Фізична підготовка (ваговий бал 20)</b>							
<b>1. Човниковий біг 4x9м.</b> Проводиться у спортивному залі на рівній доріжці, завдовжки не менш 11-12 м. Відміряють 9-метрову ділянку, початок і кінець якої позначають лініями (стартовою та фінішною). За кожною з цих ліній – 2 півкола радіусом 50 см з центром лінії. На дальнє півколо за фінішною рисою кладуть дерев'яний кубик (5 см). Студент стає за ближчою рисою на лінії старту і по команді «Марш» починає бігти до фінішної лінії, оббігає півколо, бере кубик і повертається до лінії старту. Вимірюється в секундах.	10,6	10,4	10,2	10,0	10,0	10,0	12
	11,0	10,8	10,6	10,4	10,4	10,4	9
	11,5	11,3	11,1	10,9	10,9	10,9	6
<b>2. Біг 3000 м.</b> Проводиться на доріжці стадіону в спортивному взутті без шипів. Кількість учасників визначається умовами, що дозволяють їм не заважати одне одному. Після 10-15 хвилинної розминки відбувається старт. Вимірюється у хвилинах	10,50	10,30	10,25	10,20	10,20	10,20	12
	11,35	11,15	11,10	11,00	11,00	11,00	9
	12,10	11,50	11,40	11,30	11,30	11,30	6
<b>3. Згинання та розгинання рук в упорі лежачи.</b> Студентка приймає положення упору лежачи, руки прямі на ширині плечей кистями вперед, тулуб і ноги утворюють	23	25	27	29	29	29	12
	19	21	23	25	25	25	9
	16	18	20	22	22	22	6



<p>пряму лінії, пальці стоп опираються на підлогу. За командою викладача студентка розпочинає ритмічно з повною амплітудою згинати і розгинати руки.</p> <p>Вимірюється в кількості раз.</p>							
<p><b>4. Піднімання в сід за 1 хвилину.</b> Виконується з положення лежачи, руки за головою, ноги зігнуті в колінах.</p> <p>Вимірюється в кількості раз.</p>	23	25	27	29	29	29	12
	18	20	22	24	24	24	9
	17	15	17	19	19	19	6
<p><b>5. Стрибок у гору з місця.</b> Виконується поштовхом обох ніг та замахом рук від поверхні підлоги. Вимірювання висоти стрибка здійснюється рулеткою або сантиметровою стрічкою за методикою Абалакова.</p> <p>Вимірюється в сантиметрах.</p>	35	40	45	50	50	50	12
	30	35	40	45	45	45	9
	25	30	35	40	40	40	6
<p><b>6. Стрибок у гору з розбігу,</b> з діставанням певної мітки на стіні. Вимірюється висота студента з піднятою вгору рукою. Розбіг виконувати, як при нападаючому ударі, під кутом до стіни. Віднімається від тієї мітки, що дістав студент, його зріст з піднятою рукою.</p> <p>Вимірюється в сантиметрах.</p>	55	60	65	70	70	70	12
	50	55	60	65	65	65	9
	40	45	50	55	55	55	6
<p><b>7. Стрибок у довжину з місця</b> виконується поштовхом обох ніг від лінії або краю дошки на покриття, що виключає жорстке приземлення. Відстань стрибка вимірюється сталевую рулеткою.</p>	200	210	220	230	230	230	12
	190	200	210	220	220	220	9
	175	185	195	205	205	205	6



Вимірюється в сантиметрах.							
<b>8. Кидок набивного м'яча вагою 2 кг з-за голови двом руками.</b> Виконується з положення сидячи, ноги нарізно, м'яч у простягнутих руках над головою. Перед кидком студент біля лінії старту займає положення, при якому тазовий кут, утворений розведенням ніг, не виходить за стартову лінію. Віддаль кидка вимірюється рулеткою. Вимірюється в метрах	4	5	6	8	8	8	12
	3	4	5	6	6	6	9
	2	3	4	5	5	5	6
<b>9. Біг «ялинкою».</b>	30	28	26	24	24	24	12
	34	32	30	28	28	28	9
	38	36	34	32	32	32	6
<b>Змістовий модуль 2 Технічна підготовка (ваговий бал 20)</b>							
<b>1. Випробування на точність подач.</b> Основні вимоги: при якісному технічному виконанні запропонованого способу подачі послати м'яч у певному напрямку – певне місце майданчика. Зони 4-5, 1-2 – 6х2м. Площа уздовж бічних ліній 6х2м. Площа уздовж лицьових 8х2.	6	8	10	12	12	12	10-12
	4	6	8	10	10	10	7-9
	2	4	6	8	8	8	4-6
<b>2. Випробування на точність другої передачі.</b> (Кількісні результати). Встановлюються обмежувачі відстані та висоти передачі (рейки, кольорові стрічки, обручі) і мішені (висота над сіткою 30-40 см, відстань від сітки не більше 1,5 м., від бічної лінії 1 м., від зони передачі до мішені 3 – 3,5 або 4-4,5 м.). Передачі з порушенням правил не зараховуються.	18	20	22	24	24	24	10-12
	16	18	20	22	22	22	7-9
	14	16	18	20	20	20	4-6

<b>3. Перевірка та точність атакуючих ударів.</b> Вимоги цих випробувань полягають в тому, щоб якісно в технічному відношенні, виконуючи той чи інший спосіб атакуючого удару, студенти могли досить сильно послати м'яч з найбільшою точністю. При нападаючих ударах з 4-ої зони площа влучення обмежується: в зоні 5-лицьовою лінією, бічною лінією та лінією, що паралельна бічній лінії, на відстані 2м від неї, в зоні 1-на зразок зони 5 (при ударах з переводом площа обмежується бічною і двома паралельними лініями, розташованими на відстані 1 м. одна від одної.)	14	16	18	20	20	20	10-12
	12	14	16	18	18	18	7-9
	10	12	14	16	16	16	4-6
<b>4. Випробовування «захист зони».</b> Студент перебуває в зоні 5 чи 1 у колі діаметром 2м. М'яч подається через сітку ударом з власного підкидання із зон 2 та 4 по черзі, щойно захисник стане у вихідне положення. Доводити м'яч потрібно відповідно в 2-у та 3-тю зони свого майданчика.	14	16	18	20	20	20	10-12
	12	14	16	18	18	18	7-9
	10	12	14	16	16	16	4-6
<b>5. Випробування та точність прийому м'яча після подачі.</b> Мета перевірки – встановити рівень володіння навичками прийому подачі. Подача спрямовується в зону, де перебуває випробуваний. Тільки за такої умови спроби ідуть в залік. Перебуваючи у певній зоні, випробуваний спрямовує м'яч до зони 4, 2. Якщо м'яч вийде за межі зони або зачепить сітку, така спроба не зараховується.	10	12	14	16	16	16	10-12
	8	10	12	14	14	14	7-9
	6	8	10	12	12	12	4-6

<b>6. Перевірка на блокування.</b> При одноособовому блокуванні студент перебуває в зоні 3 і в момент передачі виходить на удар у відповідну зону для виконання блоку. Напрямок удару відомий, висота передачі на удар теж.	8	10	12	14	14	14	10-12
	6	8	10	12	12	12	7-9
	4	6	8	10	10	10	4-6
<b>Змістовий модуль 3 Тактична підготовка (ваговий бал 30)</b>							
<b>1. Перевірка на точність нападаючих ударів накатом через блок в задню частину майданчика.</b> Студенти групи СПВ повинні через блок накатом атакувати квадрат розміром 2 м. на 2 м. в першій, шостій та п'ятій зонах.	8	10	12	14	14	14	10-12
	6	8	10	12	12	12	7-9
	4	6	8	10	10	10	4-6
<b>2. Нападаючий удар з першого прийому-передачі.</b> Один з студентів намагається прийняти подачу таким чином, щоб одразу вивести свого партнера на нападаючий удар. Який в свою чергу виконує нападаючий удар по «ходу».	8	10	12	14	14	14	10-12
	6	8	10	12	12	12	7-9
	4	6	8	10	10	10	4-6
<b>3.1 Перехід від командних тактичних дій в нападі до командних тактичних дій в захисті</b>							
<b>3.1 Подача – гра в захисті.</b> Студент, виконавши подачу у визначену зону, переміщується в зону захисту та приймає нападаючий удар від партнера який знаходиться на підвищенні на іншій стороні майданчика.	8	10	12	14	14	14	10-12
	6	8	10	12	12	12	7-9
	4	6	8	10	10	10	4-6
<b>2. Нападаючий удар – гра в захисті.</b> Студент виконавши нападаючий удар у визначену зону, переміщується в зону захисту та приймає нападаючий удар від партнера який знаходиться на підвищенні на іншій	8	10	12	14	14	14	10-12
	6	8	10	12	12	12	7-9
	4	6	8	10	10	10	4-6

сторони майданчика.								
<b>3. Блокування нападаючих ударів, які виконуються по лінії.</b>	8	10	12	14	14	14	10-12	
	6	8	10	12	12	12	7-9	
	4	6	8	10	10	10	4-6	
<b>Змістовий модуль 4 Суддівська і змагальна підготовка (ваговий бал 20)</b>								
<b>1. Загальні положення правил гри.</b>							4-12	
<b>2. Виконання обов'язків I судді.</b>							4-12	
<b>3. Виконання обов'язків II судді.</b>							4-12	
<b>4. Виконання обов'язків судді - секретаря.</b>							4-12	
<b>5. Виконання обов'язків лінійних суддів.</b>							4-12	
<b>6. Підготовка до змагань.</b> Проведення змагань та дії, які потрібно зробити до, під час та після змагань. Положення про змагання. Документація (заявки, технічні заявки, протоколи, таблиця результатів ігор, календар змагань).							4-12	

Якщо студент не відпрацював пропущені навчальні заняття, не виправив оцінки 0, 1, 2, 3, отримані на навчальних заняттях ніж на 60% від максимальної кількості балів, виділених на ці види робіт, він вважається таким, що має академічну заборгованість за результатами поточного контролю.

Пропущені заняття студент має обов'язково відпрацювати. За відпрацьовані лекційні заняття оцінки не ставляться, за практичні, практично-семінарські, нараховуються бали середнього (4, 5, 6), достатнього (7, 8, 9) та високого рівня (10, 11, 12).

Студенту, який не виконав поточних домашніх завдань, не підготувався до навчальних занять, в журнал обліку роботи академічної групи ставиться 0 балів.

Студент, знання, уміння і навички якого на навчальних заняттях за 12-бальною шкалою оцінено від 1 до 3 балів, вважається таким, що недостатньо підготувався до цих занять і має академічну заборгованість за результатами поточного контролю. Поточну заборгованість, пов'язану з непідготовленістю або недостатньою підготовленістю до навчальних занять, студент повинен ліквідувати. За ліквідацію поточної заборгованості нараховуються бали середнього (4, 5, 6), достатнього (7, 8, 9) та високого рівнів (10, 11, 12).

**Таблиця відповідності шкал оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти**

Рейтингова оцінка з навчальної дисципліни	Оцінка за шкалою ECTS	Рекомендовані системою ECTS статистичні значення (у %)	Екзаменаційна оцінка за національною шкалою	Національна залікова оцінка
90-100 і більше	A (відмінно)	10	відмінно	зараховано
82-89	B (дуже добре)	25	добре	
75-81	C (добре)	30		
67-74	D (задовільно)	25	задовільно	
60-66	E (достатньо)	10		
35-59	FX (незадовільно з можливістю повторного складання)		незадовільно	не зараховано

11. Інструменти, обладнання та програмне забезпечення, використання яких передбачає навчальна дисципліна.

Викладання навчальної дисципліни професійної підготовки / обов'язкового освітнього компоненту професійної підготовки «Спортивно-педагогічне вдосконалення / Підвищення спортивної майстерності з волейболу (жінки)» потребує спеціально обладнаної спортивної зали, наявністю інвентарю та обладнання для проведення практичних занять:

- волейбольні, м'ячі;
- набивні м'ячі вагою 1, 3 та 5 кг;
- баскетбольні м'ячі;
- тенісні м'ячі;
- скакалки;
- напівсфера балансувальна;
- фітболи;
- резинки;
- джгути;
- координаційна драбина.

## 12. Рекомендована література

### Основна

1. Козак Є. П., Прозар М. В. Спортивно-педагогічне вдосконалення з волейболу: навчально-методичний посібник [для факульт. фіз. вих. і сп. вищих навч. закладів III-IV рівнів акредитації]. Кам'янець-Подільський: ТОВ «Друкарня Рута», 2015. 184 с.

2. Міністерство молоді та спорту України. Спорт. Дитячо-юнацький та резервний спорт. Навчальні програми для закладів фізичної культури і спорту з видів спорту. Олімпійські види спорту <https://sport.gov.ua/sport/dityacho-yunackij-ta-rezervnij-sport/navchalni-programi-dlya-zakladiv-fizichnoyi-kulturi-i-sportu-z-vidiv-sportu/olimpijski-vidi-sportu> (дата звернення 17.08.2021 року).

3. Прозар М. В., Авінов В. Л., Петров А. О., Стасюк В. А., Балан С. М. Теорія і методика спортивних ігор: навчальний посібник [для факульт. фіз. вих. і сп. вищих навч. закладів III-IV рівнів акредитації]. Кам'янець-Подільський: ТОВ «Аксиома», 2020. 320 с.

4. 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. 240 с.

5. Прозар М. В. Слюсарчук В. В., Зубаль М. В., Телебей С. М. Теорія і методика викладання спортивних ігор: навчально-методичний посібник [для факульт. фіз. вих. і сп. вищих навч. закладів III-IV рівнів акредитації]. Кам'янець-Подільський: ТОВ «Друкарня Рута», 2014. 198 с.

6. Фізична культура в школі. Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів. Київ: Література ЛТД, 2018. 368 с.



7. Фізична культура (рівень стандарту). Програма для 10-11 класів загальноосвітніх навчальних закладів. Нказ № 451 Міністерства освіти і науки України від 22.03.2017 року.

### Допоміжна

1. Беляев А. В., Булыкиев Л. В. Волейбол: теория и методика тренировок. Москва: Физкультура и Спорт, 2007. 184с.

2. Беляев А. В. Волейбол на уроке физической культуры. Москва: СпортАкадемПресс, 2003. 144 с.

3. Джон Р., Вуден Ж. Современный баскетбол. Москва: Физкультура и спорт, 2001. 210 с.

4. Железняк Ю. Д., Кунянский В. А., Чачин А. В. Волейбол: методическое пособие по обучению игре. Москва: Terra-Спорт, Олимпия Пресс, 2005. 112с.

5. Кудряшов В. А., Мирошникова Р. В. Технические приемы игры в баскетбол. Волгоград, 2004. 267 с.

6. Клещев Ю. Н. Волейбол. Москва: Физкультура и Спорт, 2005. 400 с.

7. Козак Є., Дробний П. Підвищення спортивної майстерності з волейболу студентів ВНЗ: методичні розробки для команд, що тренуються за програмою “Кандидати в майстри спорту” (4 курс). Кам’янець-Подільський: Абетка, 2002. 64 с.

8. Козак Є., Дробний П. Підвищення спортивної майстерності з волейболу студентів ВНЗ: методичні розробки для команд I спортивного розряду (3 курс). Кам’янець-Подільський: Абетка, 2004. 84 с.

9. Литвиненко А. Ю. Методика обучения игре в волейбол. Москва: Человек, Олимпия, 2007. 56 с.

### 12. Рекомендовані джерела інформації.

1. Комплекс навчально-методичного забезпечення дисципліни «Спортивно-педагогічне вдосконалення / Підвищення спортивної майстерності з волейболу (жінки)».

2. Корисні ресурси інтернету.

<a href="http://www.fvu.in.ua/">http://www.fvu.in.ua/</a>	Офіційний сайт федерації волейболу України
<a href="http://uk.wikipedia.org/wiki/">http://uk.wikipedia.org/wiki/</a> , Волейбол	Вікіпедія
<a href="http://volleyball.in.ua/">http://volleyball.in.ua/</a>	Сайт шанувальників волейболу
<a href="http://rutracker.org/forum/viewforum.php?f=1326">http://rutracker.org/forum/viewforum.php?f=1326</a>	Сайт шанувальників волейболу
<a href="http://www.fivb.com/">http://www.fivb.com/</a>	Всесвітня федерація волейболу