

Министерство образования и науки Астраханской области  
Государственное автономное образовательное учреждение  
Астраханской области высшего образования  
«Астраханский государственный архитектурно-  
строительный университет»  
(ГАОУ АО ВО «АГАСУ»)

---

УТВЕРЖДАЮ

Первый проректор



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Наименование дисциплины**

Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол

*(указывается наименование в соответствии с учебным планом)*

**По направлению подготовки**

08.03.01 «Строительство»

*(указывается наименование направления подготовки в соответствии с ФГОС ВО)*

**Направленность (профиль)**

«Водоснабжение и водоотведение»

*(указывается наименование профиля в соответствии с ОПОП)*


**Кафедра**

«Философия, социология и лингвистика»

Квалификация выпускника - *бакалавр*


**Разработчики:**

доцент, к.пед.н.  
(занимаемая должность,  
учёная степень, учёное звание)

  
(подпись) /О.О.Куралева/  
И.О.Ф.

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры «Философия, социология и лингвистика» протокол № 8 от 29.03.2019 г.

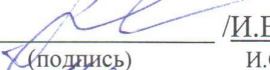
И. о. заведующего кафедрой

  
(подпись) /А. В. Сызранов/  
И.О.Ф.

**Согласовано:**

Председатель МКН «Строительство»  
направленность (профиль)  
«Водоснабжение и водоотведение»

  
(подпись) /Р.С. Хайдикешова/  
И.О.Ф.

Начальник УМУ   
(подпись) /И.В. Аксютина/  
И.О.Ф.

Специалист УМУ   
(подпись) /Е.С. Коваленко/  
И. О. Ф.

Начальник УИТ   
(подпись) /С.В. Пригаро /  
И. О. Ф.

Заведующая научной библиотекой   
(подпись) /Р.С. Хайдикешова/  
И. О. Ф.

## СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
1. Цель освоения дисциплины	4
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотношенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	4
3. Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата	5
4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по типам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся	5
5. Содержание дисциплины, структурированное по разделам с указанием отведенного на них количества академических часов и типов учебных занятий	7
5.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по типам учебных занятий и работы обучающихся (в академических часах)	7
5.1.1. Очная форма обучения	7
5.1.2. Заочная форма обучения	8
5.2. Содержание дисциплины, структурированное по разделам	9
5.2.1. Содержание лекционных занятий	9
5.2.2. Содержание лабораторных занятий	9
5.2.3. Содержание практических занятий	9
5.2.4. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине	10
5.2.5. Темы контрольных работ	10
5.2.6. Темы курсовых проектов/курсовых работ	10
6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	10
7. Образовательные технологии	11
8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	11
8.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	11
8.2. Перечень необходимого лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства, используемого при осуществлении образовательного процесса по дисциплине	12
8.3. Перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем, доступных обучающимся при освоении дисциплины	12
9. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине	13
10. Особенности организации обучения по дисциплине для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья	13

## **1. Цель освоения дисциплины**

Целью освоения дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол» является углубление уровня освоения компетенций обучающихся в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 08.03.01 «Строительство».

## **2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

В результате освоения дисциплины обучающийся должен овладеть следующими компетенциями:

УК-7 - способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине:**

УК-7.1 Оценка влияния образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека

Знать: методику оценки влияния образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека

Уметь: оценивать влияние образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека

Иметь навыки: оценки влияния образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека

УК-7.2 Оценка уровня развития личных физических качеств, показателей собственного здоровья

Знать: методику оценки уровня развития личных физических качеств, показателей собственного здоровья

Уметь: оценивать уровень развития личных физических качеств, показателей собственного здоровья

Иметь навыки: оценки уровня развития личных физических качеств, показателей собственного здоровья

УК-7.3 Выбор здоровьесберегающих технологий с учетом физиологических особенностей организма

Знать: методику выбора здоровьесберегающих технологий с учетом физиологических особенностей организма

Уметь: выбирать здоровьесберегающие технологии с учетом физиологических особенностей организма

Иметь навыки: выбора здоровьесберегающих технологий с учетом физиологических особенностей организма

УК-7.4 Выбор методов и средств физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности

Знать: методику выбора методов и средств физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности

Уметь: выбирать методы и средства физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности

Иметь навыки: выбора методов и средств физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности

УК-7.5 Выбор рациональных способов и приемов профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте

Знать: способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте

Уметь: выбирать рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте

Иметь навыки: выбора способов и приемов для профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте

### 3. Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата

Дисциплина Б1.В.ДВ.01.02 «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол» реализуется в рамках Блока 1 «Дисциплины (модули)», части формируемой участниками образовательных отношений (элективные дисциплины (по выбору)).

Дисциплина базируется на знаниях, полученных в рамках изучения следующих дисциплин: «Физическая культура и спорт».

### 4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по типам занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Форма обучения	Очная	Заочная
1	2	3
<b>Трудоемкость в зачетных единицах:</b>	<i>ОПОП не предусмотрены</i>	<i>ОПОП не предусмотрены</i>
Лекции (Л)	Учебным планом не предусмотрены	Учебным планом не предусмотрены
Лабораторные занятия (ЛЗ)	Учебным планом не предусмотрены	Учебным планом не предусмотрены
Практические занятия (ПЗ)	1 семестр - 52 часа; 2 семестр - 52 часа; 3 семестр - 52 часа; 4 семестр - 52 часа; 5 семестр - 52 часа; 6 семестр - 68 часов; <b>всего - 328 часов</b>	1 семестр - 2 часа; 2 семестр - 2 часа; 3 семестр - 2 часа; 4 семестр - 2 часа; 5 семестр - 2 часа; 6 семестр - 2 часа; <b>всего - 12 часов</b>
Самостоятельная работа (СР)	Учебным планом не предусмотрены	1 семестр - 50 часов; 2 семестр - 50 часов; 3 семестр - 50 часов; 4 семестр - 50 часов; 5 семестр - 50 часов; 6 семестр - 66 часов <b>всего - 316 часов</b>
<b>Форма текущего контроля:</b>		
Контрольная работа	Учебным планом не предусмотрены	Учебным планом не предусмотрены
<b>Форма промежуточной аттестации:</b>		
Экзамены	Учебным планом не предусмотрены	Учебным планом не предусмотрены
Зачет	семестр - 1 семестр - 2	семестр - 6

	семестр - 3 семестр - 4 семестр - 5 семестр – 6	
Зачет с оценкой	Учебным планом не предусмотрены	Учебным планом не предусмотрены
Курсовая работа	Учебным планом не предусмотрены	Учебным планом не предусмотрены
Курсовой проект	Учебным планом не предусмотрены	Учебным планом не предусмотрены

**5. Содержание дисциплины, структурированное по разделам с указанием отведенного на них количества академических часов и типов учебных занятий**

**5.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по типам учебных занятий и работы обучающихся (в академических часах)**

**5.1.1. Очная форма обучения**

№ п/п	Раздел дисциплины (по семестрам)	Всего часов на раздел	Семестр	Распределение трудоемкости раздела (в часах) по типам учебных занятий и работы обучающихся				Форма текущего контроля и промежуточной аттестации
				Контактная			СР	
				Л	ЛЗ	ПЗ		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Раздел 1.Общая физическая и спортивно-техническая подготовка	52	1	-	-	52	-	Зачет
2	Раздел 2. Правила организации и проведения и соревнований	52	2	-	-	52	-	
3	Раздел 3. Обучение и совершенствование технике перемещений и методик обучения	52	3	-	-	52	-	
4	Раздел 4. Обучение и совершенствование технике нападающего удара и передачи мяча в волейбол	52	4	-	-	52	-	
5	Раздел 5. Обучение и совершенствование технике противодействий в волейболе	52	5	-	-	52	-	
6	Раздел 6. Совершенствование навыков игры в волейболе	68	6	-	-	68	-	
<b>Итого:</b>		328				328		

### 5.1.2. Заочная форма обучения

№ п/п	Раздел дисциплины (по семестрам)	Всего часов на раздел	Семестр	Распределение трудоемкости раздела (в часах) по типам учебных занятий и работы обучающихся				Форма текущего контроля и промежуточной аттестации
				контактная			СР	
				Л	ЛЗ	ПЗ		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Раздел 1.Общая физическая и спортивно-техническая подготовка	52	1	-	-	2	50	Зачет
2	Раздел 2. Правила организации и проведения и соревнований	52	2	-	-	2	50	
3	Раздел 3. Обучение и совершенствование технике перемещений и методик обучения	52	3	-	-	2	50	
4	Раздел 4. Обучение и совершенствование технике нападающего удара и передачи мяча в волейбол	52	4	-	-	2	50	
5	Раздел 5. Обучение и совершенствование технике противодействий в волейболе	52	5	-	-	2	50	
6	Раздел 6. Совершенствование навыков игры в волейболе	68	6	-	-	2	66	
<b>Итого:</b>		328				12	316	



## 5.2. Содержание дисциплины, структурированное по разделам

### 5.2.1. Содержание лекционных занятий

*учебным планом не предусмотрены*

### 5.2.2. Содержание лабораторных занятий

*учебным планом не предусмотрены*

### 5.2.3. Содержание практических занятий

№	Наименование раздела дисциплины	Содержание
1	2	3
1	Раздел 1. Общая физическая и спортивно-техническая подготовка	Методы и средства физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности. Развитие личных физических качеств, показателей собственного здоровья. Воспитание выносливости, координации движений, скорости перемещения по площадке, скоростно-силовых качеств при выполнении передач.
2	Раздел 2. Правила организации и проведения и соревнований	Влияние образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека. Здоровьесберегающие технологии с учетом физиологических особенностей организма. Организация и проведение соревнований. Разработка и оформление документации, необходимой в период проведения соревнований по волейболу. Судейство соревнований, обучение проведения соревнований: составление календаря игр по круговой системе и с выбыванием, судейство встречи, ведение протокола соревнований.
3	Раздел 3. Обучение и совершенствование техники перемещений и методик обучения	Методы физической культуры (ходьба, бег, стойка, падение, прыжок) и разнообразные средства в спорте для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности. Разновидности ходьбы и бега, стойки, падения, прыжки. Стартовые стойки (высокая, средняя, низкая). Перемещения шагом (обычным, приставным), бег: вперед, назад, приставным шагом.
4	Раздел 4. Обучение и совершенствование техники нападающего удара и передачи мяча в волейбол	Методы физической культуры: нападающие удары, передачи мяча, подача мяча. Нападающий удар прямой по ходу, нападающий удар с короткой, с метровой, высокой, полупрострельной и прострельной передачи, нападающий удар с переворотом влево, вправо, с передачей за голову. Техника передач мяча на удар (по высоте: короткая, средняя, высокая; по направлению: прострельная, полупрострельная). Техника передач мяча и методика обучения. Техника передач мяча двумя руками сверху в опоре с места в прыжке. Передача вперед над собой и назад за голову. Передачи длинные, короткие, высокие и низкие, полупрострельные и прострельные. Техника подач (нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, в прыжке).
5	Раздел 5. Обучение и	Методы физической культуры: приемы мяча,

	совершенствование техники противодействий в волейболе	блокирование. Прием мяча двумя руками снизу в опоре с места, после перемещения. Прием мяча сверху двумя руками с падения и переката на спину. Прием мяча одной и двумя руками снизу, сверху двумя руками в падении на бедро-спину, на грудь. Техника одиночного и группового блокирования. Страховка и самостраховка при игре в защите.
6	Раздел 6. Совершенствование навыков игры в волейболе	Способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно - эмоционального утомления на рабочем месте. Взаимодействие двух, трех игроков внутри линии между линиями в три касания при нападающем ударе в нападении через выход на передачу из зоны 1,6,5.

#### 5.2.4. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Очная форма обучения – «ОПОП не предусмотрены».

#### Заочная форма обучения

№	Наименование раздела дисциплины	Содержание	Учебно-методическое обеспечение
1	2	3	4
1	Раздел 1. Общая физическая и спортивно-техническая подготовка	Подготовка к реферату Подготовка к зачету	[2], [3]
2	Раздел 2. Правила организации и проведения и соревнований	Подготовка к реферату Подготовка к зачету	[2], [5-11]
3	Раздел 3. Обучение и совершенствование технике перемещений и методик обучения	Подготовка к реферату Подготовка к зачету	[1], [3]
4	Раздел 4. Обучение и совершенствование технике нападающего удара и передачи мяча в волейбол	Подготовка к реферату Подготовка к зачету	[1], [3]
5	Раздел 5. Обучение и совершенствование технике противодействий в волейболе	Подготовка к реферату Подготовка к зачету	[1], [3]
6	Раздел 6. Совершенствование навыков игры в волейболе	Подготовка к реферату Подготовка к зачету	[1], [3]

5.2.5. Темы контрольных работ учебным планом не предусмотрены

5.2.6. Темы курсовых проектов/ курсовых работ

учебным планом не предусмотрены

#### 6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

<b>Организация деятельности студента</b>
<b>Практическое занятие</b>

Обязательными видами физических упражнений на практических занятиях являются спортивные игры, упражнения скоростно-силовой, силовой направленности и профессионально-прикладной физической подготовки. Подбор упражнений на практических занятиях предусматривает совершенствование ранее изученных и обучение новым двигательным действиям (умениям и навыкам), а также выполнение технических элементов.

### **Самостоятельная работа**

Самостоятельная работа студента над усвоением учебного материала по учебной дисциплине может выполняться в помещениях для самостоятельной работы, а также в домашних условиях. Содержание самостоятельной работы студента определяется учебной программой дисциплины, методическими материалами, заданиями и указаниями преподавателя.

Самостоятельная работа в аудиторное время может включать:

- конспектирование (составление тезисов) лекций;
- работу со справочной и методической литературой;

Самостоятельная работа во внеаудиторное время может состоять из:

- подготовки к практическим занятиям;
- изучения учебной и научной литературы;
- подготовки к рефератам;
- выделение наиболее сложных и проблемных вопросов по изучаемой теме, получение разъяснений и рекомендаций по данным вопросам с преподавателями кафедры на их еженедельных консультациях.

### **Подготовка к зачету**

Подготовка студентов к зачету включает три стадии:

- самостоятельная работа в течение учебного года;
- непосредственная подготовка в дни, предшествующие зачету;
- подготовка к ответу на вопросы, содержащиеся в билете.

## **7. Образовательные технологии**

Перечень образовательных технологий, используемых при изучении дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол».

### **Традиционные образовательные технологии**

Дисциплина «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол» проводится с использованием традиционных образовательных технологий, ориентирующихся на организацию образовательного процесса, предполагающую прямую трансляцию знаний от преподавателя к студенту, учебная деятельность студента носит в таких условиях, как правило, репродуктивный характер. Формы учебных занятий с использованием традиционных технологий:

Практическое занятие – занятие, посвященное освоению конкретных умений и навыков по предложенному алгоритму.

### **Интерактивные технологии**

По дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол» практические занятия проводятся с использованием следующих интерактивных технологий:

Тренинг – процесс получения навыков и умений в какой-либо области посредством выполнения последовательных заданий, действий или игр, направленных на достижение наработки и развития требуемого навыка.

## **8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

**8.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины**

*а) основная учебная литература:*

1. Губа В.П. Волейбол: основы подготовки, тренировки, судейства [Электронный ресурс]: монография/ Губа В.П., Булыкина Л.В., Пустошило П.В.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Издательство «Спорт», 2019.— 192 с.

<http://www.iprbookshop.ru/88477.html>.

2. Физиология спорта: учебное пособие. Чинкин А. С., Назаренко А. С. Москва, Издательство: Спорт, 2016.-120 с.

[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=430410&sr=1](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=430410&sr=1)

3. Волейбол: теория и практика [Электронный ресурс]: учебник для высших учебных заведений физической культуры и спорта/ С.С. Даценко [и др.].— Электрон. текстовые данные.— Москва: Издательство «Спорт», 2016.— 456 с.

<http://www.iprbookshop.ru/43905.html>.

*б) дополнительная учебная литература:*

4. Повышение адаптационных возможностей студентов средствами физической культуры: учебное пособие. Витун В.Г., Витун Е. Оренбург: ОГУ, 2015.-103 с.

[https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=439101&sr=1](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=439101&sr=1)

5. Жула В.П. Развитие двигательных умений студентов при выполнении передачи мяча двумя руками снизу в процессе занятий волейболом. Научная статья №6 в журнале «Физическое воспитание студентов», Харьков: Харьковское областное отделение НОКУ, 2014, - 13-16с.

<https://elibrary.ru/item.asp?id=22485427>

*в) перечень учебно-методического обеспечения:*

6. Учебно-методическое пособие «Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)» А.А. Рязанцев, г. Астрахань, 2016, ГАОУ АО ВО «АГАСУ»

<http://moodle.aucu.ru/course/view.php?id=1487>

*г) перечень онлайн курсов:*

7. Онлайн курс для дисциплины «Физическая культура и спорт» (элект. дисциплина)

<http://www.intuit.ru/studies/courses/2356/656/info>

**8.2. Перечень необходимого лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства, используемого при осуществлении образовательного процесса по дисциплине**

1. Office 365 A1
2. Apache Open Office;
3. 7-Zip;
4. Adobe Acrobat Reader DC;
5. Internet Explorer;
6. Google Chrome;
7. Azure Dev Toolsfor Teaching;
8. VLC mediaplayer;
9. Kaspersky Endpoint Security;
10. WinArc;
11. Yandex браузер.

**8.3. Перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем, доступных обучающимся при освоении дисциплины**

1. Электронная информационно-образовательная среда Университета: (<http://edu.aucu.ru>, <http://moodle.aucu.ru>).
2. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека» (<https://biblioclub.ru/>).
3. Электронно-библиотечная система «IPRbooks» ([www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru)).

4. Научная электронная библиотека (<http://www.elibrary.ru/>).
5. Консультант + (<http://www.consultant-urist.ru/>).
6. Федеральный институт промышленной собственности (<https://www1.fips.ru/>).
7. Патентная база USPTO (<https://www.uspto.gov/patents-application-process/search-patents>).

#### 9. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

№ п\п	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Учебные аудитории для проведения учебных занятий: 414056, г. Астрахань, ул. Татищева, 18, спортивный зал.	аудитория Спортивный зал Комплект учебной мебели Стол для настольного тенниса НЕОТТЕСОsаказел. - 4 шт, Доска шахматная демонстрационная (90*90 см) - 2шт. Настольный теннис (стол, сетка, ракетки, шарики) – 2 шт. Гимнастическая скамейка - 14 шт. Лавочки гимнастические - 8 шт. Маты - 2 шт. Стенка гимнастическая - 6 шт. Секундомер - 2шт. Скакалка гимнастическая - 20 шт.
2.	Помещения для самостоятельной работы: 414056, г. Астрахань, ул. Татищева, 22а, № 201, 203;  414056, г. Астрахань, ул. Татищева, 18а, библиотека, читальный зал.	аудитория № 201 Комплект учебной мебели Компьютеры – 8 шт. Доступ к информационно – телекоммуникационной сети «Интернет»
		аудитория № 203 Комплект учебной мебели Компьютеры – 8 шт. Доступ к информационно – телекоммуникационной сети «Интернет»
		библиотека, читальный зал Комплект учебной мебели Компьютеры - 4 шт. Доступ к информационно – телекоммуникационной сети «Интернет»

#### 10. Особенности организации обучения по дисциплине для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

При необходимости рабочая программа дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол» может быть адаптирована для обеспечения образовательного процесса инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, в том числе для обучения с применением дистанционных образовательных технологий. Для этого требуется заявление студента (его законного представителя) и заключение психолого-медико-педагогической комиссии (ПМПК).

Лист внесения дополнений и изменений

в рабочую программу дисциплины

«Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол»

**На 2021-2022 учебный год**

Рабочая программа пересмотрена на заседании кафедры «философия, социология и лингвистика»,

Протокол № 7 от 19 марта 2021 г.

И.о. зав. кафедрой

доцент, к. ист.наук  
ученая степень, ученое звание

  
подпись

/АВ.Сызранов/  
И.О. Фамилия

В рабочую программу вносятся следующие изменения:

1. В п.2 внесены следующие изменения:

При изучении дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол» реализуется спортивно-оздоровительное направление воспитательной работы.

2. П.5.2.3. изложен в следующей редакции:

№	Наименование раздела дисциплины	Содержание
1	2	3
1	Раздел 1.Общая физическая и спортивно-техническая подготовка	Методы и средства физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности. Развитие личных физических качеств, показателей собственного здоровья.  Воспитание выносливости, координации движений, скорости перемещения по площадке, скоростно-силовых качеств при выполнении передач.  Организация занятий физической культурой и спортом; обучение необходимым знаниям в области культуры здоровья, медицины, гигиены, противоэпидемиологических мероприятий, методик спортивных тренировок и пр.
2	Раздел 2. Правила организации и проведения и соревнований	Влияние образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека. Здоровьесберегающие технологии с учетом физиологических особенностей организма. Организация и проведение соревнований. Разработка и оформление документации,

		необходимой в период проведения соревнований по волейболу. Судейство соревнований, обучение проведения соревнований: составление календаря игр по круговой системе и с выбыванием, судейство встречи, ведение протокола соревнований.
3	Раздел 3. Обучение и совершенствование технике перемещений и методик обучения	Методы физической культуры (ходьба, бег, стойка, падение, прыжок) и разнообразные средства в спорте для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности. Разновидности ходьбы и бега, стойки, падения, прыжки. Стартовые стойки (высокая, средняя, низкая). Перемещения шагом (обычным, приставным), бег: вперед, назад, приставным шагом.
4	Раздел 4. Обучение и совершенствование технике нападающего удара и передачи мяча в волейбол	Методы физической культуры: нападающие удары, передачи мяча, подача мяча. Нападающий удар прямой по ходу, нападающий удар с короткой, с метровой, высокой, полупрострельной и прострельной передачи, нападающий удар с переворотом влево, вправо, с передачей за голову.  Техника передач мяча на удар (по высоте: короткая, средняя, высокая; по направлению: прострельная, полупрострельная). Техника передач мяча и методика обучения. Техника передач мяча двумя руками сверху в опоре с места в прыжке. Передача вперед над собой и назад за голову. Передачи длинные, короткие, высокие и низкие, полупрострельные и прострельные. Техника подач (нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, в прыжке).
5	Раздел 5. Обучение и совершенствование технике противодействий в волейболе	Методы физической культуры: приемы мяча, блокирование. Прием мяча двумя руками снизу в опоре с места, после перемещения. Прием мяча сверху двумя руками с падения и переката на спину. Прием мяча одной и двумя руками снизу, сверху двумя руками в падении на бедро-спину, на грудь. Техника одиночного и группового блокирования. Страховка и самостраховка при игре в защите.
6	Раздел 6. Совершенствование навыков игры в волейболе	Способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно - эмоционального утомления на рабочем месте. Взаимодействие двух, трех игроков внутри линии

	между линиями в три касания при нападающем ударе в нападении через выход на передачу из зоны 1,6,5.
--	---


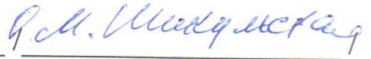
Составители изменений и дополнений:

доцент, к. пед.наук  
ученая степень, ученое звание

  
\_\_\_\_\_ подпись

/О.О. Куралева/  
И.О. Фамилия

Председатель МКН «Строительство»  
направленность (профиль) «Водоснабжение и водоотведение»

   
\_\_\_\_\_ (подпись) \_\_\_\_\_ И. О. Ф.

19 марта 2021 г.



**Аннотация**  
к рабочей программе дисциплины  
«Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол»  
по направлению 08.03.01 «Строительство»  
направленность (профиль) «Теплогазоснабжение и вентиляция»

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 академических часов.  
Форма промежуточной аттестации: зачет.

Целью учебной дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол» является углубление уровня освоения компетенций обучающихся в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 08.03.01 «Строительство».

Учебная дисциплина «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол» входит в Блок 1 «Дисциплины (модули)», части формируемой участниками образовательных отношений (элективные дисциплины (по выбору)).

Для освоения дисциплины необходимы знания, полученные при изучении следующих дисциплин: «Физическая культура и спорт».

Краткое содержание дисциплины:

Раздел 1. Общая физическая и спортивно-техническая подготовка.

Раздел 2. Правила организации и проведения и соревнований.

Раздел 3. Обучение и совершенствование технике перемещений и методик обучения.

Раздел 4. Обучение и совершенствование технике нападающего удара и передачи мяча в волейбол.

Раздел 5. Обучение и совершенствование технике противодействий в волейболе

Раздел 6. Совершенствование навыков игры в волейболе.

И.о. заведующего кафедрой

  
подпись

/А.В.Сызранов /  
И.О.Ф.

## РЕЦЕНЗИЯ

на рабочую программу, оценочные и методические материалы по дисциплине  
«Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол»

ОПОП ВО по направлению подготовки 08.03.01 «Строительство»  
направленность (профиль) «Теплогазоснабжение и вентиляция»  
по программе бакалавриата

*И.А. Кузнецовым* (далее по тексту рецензент), проведена рецензия рабочей программы, оценочных и методических материалов по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол» ОПОП ВО по направлению подготовки 08.03.01 «Строительство», по программе бакалавриата, разработанной в ГАОУ АО ВО "Астраханский государственный архитектурно-строительный университет", на кафедре *Философия, социология и лингвистика* (разработчик – доцент, к.пед.н., доцент *О.О. Куралева*).

Рассмотрев представленные на рецензию материалы, рецензент пришел к следующим выводам:

Предъявленная рабочая программа учебной дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол» (далее по тексту Программа) соответствует требованиям ФГОС ВО по направлению подготовки 08.03.01 «Строительство», утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.05.2017, № 481 и зарегистрированного в Минюсте России 23.06.2017, № 47139.

Представленная в Программе актуальность учебной дисциплины в рамках реализации ОПОП ВО не подлежит сомнению – дисциплина относится к части, формируемой участниками образовательных отношений Блок 1 «Дисциплины (модули)» (элективные дисциплины (по выбору)).

Представленные в Программе цели учебной дисциплины соответствуют требованиям ФГОС ВО направления подготовки 08.03.01 «Строительство» направленность (профиль) «Теплогазоснабжение и вентиляция».

В соответствии с Программой за дисциплиной «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол» закреплена 1 компетенция, которая реализуется в объявленных требованиях.

Результаты обучения, представленные в Программе в категориях знать, уметь, иметь навыки соответствуют специфике и содержанию дисциплины и демонстрируют возможность получения заявленных результатов.

Учебная дисциплина «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол» взаимосвязана с другими дисциплинами ОПОП ВО по направлению подготовки 08.03.01 «Строительство», направленность (профиль) «Теплогазоснабжение и вентиляция» возможность дублирования в содержании не выявлена.

Представленная Программа предполагает использование современных образовательных технологий при реализации различных видов учебной работы. Формы образовательных технологий соответствуют специфике дисциплины.

Представленные и описанные в Программе формы текущей оценки знаний соответствуют специфике дисциплины и требованиям к выпускникам.

Промежуточная аттестация знаний бакалавра, предусмотренная Программой, осуществляется в форме *зачета*. Формы оценки знаний, представленные в Рабочей программе, соответствуют специфике дисциплины и требованиям к выпускникам.

Учебно-методическое обеспечение дисциплины представлено основной, дополнительной литературой, интернет-ресурсами и соответствует требованиям ФГОС ВО направления подготовки 08.03.01 «Строительство», направленность (профиль) «Теплогазоснабжение и вентиляция».

Материально-техническое обеспечение соответствует требованиям ФГОС ВО направления подготовки 08.03.01 «Строительство» и специфике дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол» и обеспечивает использование современных образовательных, в том числе интерактивных методов обучения.

Представленные на рецензию оценочные и методические материалы направления подготовки 08.03.01 «Строительство» разработаны в соответствии с нормативными документами, представленными в программе. Оценочные и методические материалы по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол» предназначены для текущего контроля и промежуточной аттестации и представляют собой совокупность разработанных кафедрой «Философия, социология и лингвистика» материалов для установления уровня и качества достижения обучающимися результатов обучения.

Задачами оценочных и методических материалов является контроль и управление процессом освоения обучающимися компетенций, заявленных в образовательной программе по данному направлению подготовки 08.03.01 «Строительство», направленность (профиль) «Теплогасоснабжение и вентиляция».

Оценочные и методические материалы по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол» представлены:

- темами к реферату;
- заданиями к зачету.

Данные материалы позволяют в полной мере оценить результаты обучения по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол» в АГАСУ, а также оценить степень сформированности компетенций.

#### **ОБЩИЕ ВЫВОДЫ**

На основании проведенной рецензии можно сделать заключение, что характер, структура, содержание рабочей программы, оценочных и методических материалов дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол» ОПОП ВО по направлению 08.03.01 «Строительство» по программе бакалавриата, разработанная доцентом, к.пед.н., О.О. Куралевой соответствует требованиям ФГОС ВО, современным требованиям отрасли, рынка труда, профессиональных стандартов направления подготовки 08.03.01 «Строительство» направленность (профиль) «Теплогасоснабжение и вентиляция» и могут быть рекомендованы к использованию.

Рецензент:

к.мед.н., профессор кафедры

«ФСЛ»

ГАОУ АО ВО «АГАСУ»

  
подпись

/ И.А. Кузнецов /  
И.О.Ф.

## РЕЦЕНЗИЯ

на рабочую программу, оценочные и методические материалы по дисциплине  
«Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол»

ОПОП ВО по направлению подготовки 08.03.01 «Строительство»  
направленность (профиль) «Теплогазоснабжение и вентиляция»  
по программе бакалавриата

Ю.О. Лобановой (далее по тексту рецензент), проведена рецензия рабочей программы, оценочных и методических материалов по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол» ОПОП ВО по направлению подготовки 08.03.01 «Строительство», по программе бакалавриата, разработанной в ГАОУ АО ВО "Астраханский государственный архитектурно-строительный университет", на кафедре *Философия, социология и лингвистика* (разработчик – доцент, к.пед.н., доцент О.О. Куралева).

Рассмотрев представленные на рецензию материалы, рецензент пришел к следующим выводам:

Предъявленная рабочая программа учебной дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол» (далее по тексту Программа) соответствует требованиям ФГОС ВО по направлению подготовки 08.03.01 «Строительство», утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.05.2017, № 481 и зарегистрированного в Минюсте России 23.06.2017, № 47139.

Представленная в Программе актуальность учебной дисциплины в рамках реализации ОПОП ВО не подлежит сомнению – дисциплина относится к части, формируемой участниками образовательных отношений Блок 1 «Дисциплины (модули)» (элективные дисциплины (по выбору)).

Представленные в Программе цели учебной дисциплины соответствуют требованиям ФГОС ВО направления подготовки 08.03.01 «Строительство» направленность (профиль) «Теплогазоснабжение и вентиляция».

В соответствии с Программой за дисциплиной «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол» закреплена 1 компетенция, которая реализуется в объявленных требованиях.

Результаты обучения, представленные в Программе в категориях знать, уметь, иметь навыки соответствуют специфике и содержанию дисциплины и демонстрируют возможность получения заявленных результатов.

Учебная дисциплина «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол» взаимосвязана с другими дисциплинами ОПОП ВО по направлению подготовки 08.03.01 «Строительство», направленность (профиль) «Теплогазоснабжение и вентиляция» возможность дублирования в содержании не выявлена.

Представленная Программа предполагает использование современных образовательных технологий при реализации различных видов учебной работы. Формы образовательных технологий соответствуют специфике дисциплины.

Представленные и описанные в Программе формы текущей оценки знаний соответствуют специфике дисциплины и требованиям к выпускникам.

Промежуточная аттестация знаний бакалавра, предусмотренная Программой, осуществляется в форме *зачета*. Формы оценки знаний, представленные в Рабочей программе, соответствуют специфике дисциплины и требованиям к выпускникам.

Учебно-методическое обеспечение дисциплины представлено основной, дополнительной литературой, интернет-ресурсами и соответствует требованиям ФГОС ВО направления подготовки 08.03.01 «Строительство», направленность (профиль) «Теплогазоснабжение и вентиляция».

Материально-техническое обеспечение соответствует требованиям ФГОС ВО направления подготовки 08.03.01 «Строительство» и специфике дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол» и обеспечивает использование современных образовательных, в том числе интерактивных методов обучения.

Представленные на рецензию оценочные и методические материалы направления подготовки 08.03.01 «Строительство» разработаны в соответствии с нормативными документами, представленными в программе. Оценочные и методические материалы по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол» предназначены для текущего контроля и промежуточной аттестации и представляют собой совокупность разработанных кафедрой «Философия, социология и лингвистика» материалов для установления уровня и качества достижения обучающимися результатов обучения.

Задачами оценочных и методических материалов является контроль и управление процессом освоения обучающимися компетенций, заявленных в образовательной программе по данному направлению подготовки 08.03.01 «Строительство», направленность (профиль) «Теплогазоснабжение и вентиляция».

Оценочные и методические материалы по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол» представлены:

- темами к реферату;
- заданиями к зачету.

Данные материалы позволяют в полной мере оценить результаты обучения по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол» в АГАСУ, а также оценить степень сформированности компетенций.

### **ОБЩИЕ ВЫВОДЫ**

На основании проведенной рецензии можно сделать заключение, что характер, структура, содержание рабочей программы, оценочных и методических материалов дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол» ОПОП ВО по направлению 08.03.01 «Строительство» по программе бакалавриата, разработанная доцентом, к.пед.н., О.О. Куралевой соответствует требованиям ФГОС ВО, современным требованиям отрасли, рынка труда, профессиональных стандартов направления подготовки 08.03.01 «Строительство» направленность (профиль) «Теплогазоснабжение и вентиляция» и могут быть рекомендованы к использованию.

Рецензент:

к.п.н., доцент кафедры

«Технология спортивной подготовки  
и прикладная медицина»

ФГБОУ ВО «Астраханский государственный  
технический университет»



/ Ю.О.Лобанова /  
И.О.Ф.

Министерство образования и науки Астраханской области  
Государственное автономное образовательное учреждение  
Астраханской области высшего образования  
«Астраханский государственный архитектурно-  
строительный университет»  
(ГАОУ АО ВО «АГАСУ»)

---

УТВЕРЖДАЮ  
Первый проректор  
*/ И.Ю.Петрова /*  
(подпись) И.О.Ф.  
«25» апреля 2019 г.



ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Наименование дисциплины

Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: волейбол  
(указывается наименование в соответствии с учебным планом)

По направлению подготовки

08.03.01 «Строительство»  
(указывается наименование направления подготовки в соответствии с ФГОС ВО)

Направленность (профиль)

«Водоснабжение и водоотведение»  
(указывается наименование профиля в соответствии с ОПОП)

Кафедра «Философия, социология и лингвистика»

Квалификация выпускника - *бакалавр*

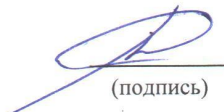
**Разработчики:**

доцент, к.пед.н.  
(занимаемая должность,  
учёная степень, учёное звание)

  
(подпись) /О.О.Куралева/  
И.О.Ф.

Оценочные и методические материалы рассмотрены и утверждены на заседании кафедры «Философия, социология и лингвистика» протокол № 8 от 29.03.2019г.

И.о. заведующего кафедрой

  
(подпись) /А.В. Сызранов/  
И.О.Ф.

**Согласовано:**

Председатель МКН «Строительство»  
направленность (профиль)  
«Водоснабжение и водоотведение»

  
(подпись) И.О.Ф.

Начальник УМУ   
(подпись) /И.В. Аксютина /  
И.О.Ф.

Специалист УМУ   
(подпись) /Е. С. Коваленко/  
И.О.Ф.

## Содержание

	Стр.
1. Оценочные и методические материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине	4
1.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы	4
1.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	6
1.2.1. Перечень оценочных средств текущего контроля успеваемости	6
1.2.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций по дисциплине на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	6
1.2.3. Шкала оценивания	12
2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы	13
3. Перечень и характеристики процедуры оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций	15



**1. Оценочные и методические материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

Оценочные и методические материалы является неотъемлемой частью рабочей программы дисциплины (далее РПД) и представлены в виде отдельного документа

**1.1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы**

Индекс и формулировка компетенции N	Индикаторы достижений компетенций, установленные ОПОП	Номер раздела дисциплины (в соответствии с п.5.1 РПД)						Формы контроля с конкретизацией задания	
		1	2	3	4	5	6		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	
УК-7 - способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и	УК-7.1 Оценка влияния образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека	Знать: методику оценки влияния образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека		X					Реферат (темы 1-3)
		Уметь: оценивать влияние образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека		X					Зачет (задания №1)
		Иметь навыки: оценки влияния образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека		X					
	УК-7.2 Оценка уровня развития личных физических качеств, показателей собственного здоровья	Знать: методику оценки уровня развития личных физических качеств, показателей собственного здоровья	X						Реферат (темы 9-13)
		Уметь: оценивать уровень развития личных физических качеств, показателей собственного здоровья	X						Зачет (задания №2)
		Иметь навыки: оценки уровня развития личных физических качеств, показателей собственного здоровья	X						
	УК-7.3 Выбор здоровьесберегающих технологий с учетом физиологических особенностей организма	Знать: методику выбора здоровьесберегающих технологий с учетом физиологических особенностей организма		X					Реферат (темы 14-18)

технологий с учетом физиологических особенностей организма	Уметь: выбирать здоровьесберегающие технологии с учетом физиологических особенностей организма		X					Зачет (задания №3)
	Иметь навыки: выбора здоровьесберегающих технологий с учетом физиологических особенностей организма		X					
УК-7.4 Выбор методов и средств физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности	Знать: методику выбора методов и средств физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности	X		X	X	X		Реферат (темы 19-22)
	Уметь: выбирать методы и средства физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности	X		X	X	X		Зачет (задания №4,5)
	Иметь навыки: выбора методов и средств физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности	X		X	X	X		
УК-7.5 Выбор рациональных способов и приемов профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте	Знать: способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте						X	Реферат (темы 4-8)
	Уметь: выбирать рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте						X	Зачет (задания 6,7)
	Иметь навыки: выбора способов и приемов для профилактики профессиональных						X	

	о утомления на рабочем месте	заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте							
--	------------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--

## 1.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

### 1.2.1 Перечень оценочных средств текущего контроля успеваемости

Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в фонде
1	2	3
Реферат	Продукт самостоятельной работы обучающегося, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной научной (учебно-исследовательской) темы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а так же собственные взгляды на неё	Темы рефератов

### 1.2.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций по дисциплине на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Компетенция, этапы освоения компетенции	Планируемые результаты обучения	Показатели и критерии оценивания результатов обучения				
		Ниже порогового уровня (не зачтено)	Пороговый уровень (Зачтено)	Продвинутый уровень (Зачтено)	Высокий уровень (Зачтено)	
1	2	3	4	5	6	
УК-7 способен поддерживать жизнь должн	УК-7.1 Оценка влияния образа жизни на здоровье	<b>Знает:</b> методику оценки влияния образа жизни на здоровье и физическую подготовку	Обучающийся не знает методику оценки влияния образа жизни на здоровье и физическую	Обучающийся имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно	Обучающийся твердо знает материал, не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос	Обучающийся знает научную терминологию, глубоко и прочно усвоил программный материал,

<p>ый уровен ь физиче ской подгот овленн ости для обеспе чения полноц енной социал ьной и профес сионал ьной деятел ьности</p>	<p>и физическ ую подготовк у человека</p>	<p>человека</p>	<p>подготовку человека</p>	<p>правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала</p>		<p>исчерпывающе- последовательно, чётко и логически стройно его излагает, не затрудняется с ответом при видоизменении заданий</p>
		<p><b>Умеет:</b> оценивать влияние образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека</p>	<p>Не умеет оценивать влияние образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека</p>	<p>В целом успешное, но не системное умение оценивать влияние образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека</p>	<p>В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы, умение оценивать влияние образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека</p>	<p>Сформированное умение оценивать влияние образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека</p>
		<p><b>Имеет навыки:</b> оценки влияния образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека</p>	<p>Обучающийся не имеет навыков оценки влияния образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека</p>	<p>В целом успешное, но не системное владение навыками оценки влияния образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека</p>	<p>В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы или сопровождающиеся отдельными ошибками владение навыками оценки влияния образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека</p>	<p>Успешное и системное владение навыками оценки влияния образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека</p>
	<p>УК-7.2 Оценка уровня развития личных физическ их качеств,</p>	<p><b>Знает:</b> методику оценки уровня развития личных физических качеств, показателей собственного здоровья</p>	<p>Обучающийся не знает методику оценки уровня развития личных физических качеств, показателей собственного</p>	<p>Обучающийся имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные</p>	<p>Обучающийся твердо знает материал, не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос</p>	<p>Обучающийся знает научную терминологию, глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе- последовательно,</p>

показател ей собственн ого здоровья		здоровья			чётко и логически стройно его излагает, не затрудняется с ответом при видоизменении заданий
	<b>Умеет:</b> оценивать уровень развития личных физических качеств, показателей собственного здоровья	Не умеет оценивать уровень развития личных физических качеств, показателей собственного здоровья	В целом успешное, но не системное умение оценивать уровень развития личных физических качеств, показателей собственного здоровья	В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы, умение оценивать уровень развития личных физических качеств, показателей собственного здоровья	Сформированное умение оценивать уровень развития личных физических качеств, показателей собственного здоровья
	<b>Имеет навыки:</b> оценки уровня развития личных физических качеств, показателей собственного здоровья	Обучающийся не имеет навыков оценки уровня развития личных физических качеств, показателей собственного здоровья	В целом успешное, но не системное владение навыками оценки уровня развития личных физических качеств, показателей собственного здоровья	В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы или сопровождающиеся отдельными ошибками владение навыками оценки уровня развития личных физических качеств, показателей собственного здоровья	Успешное и системное владение навыками оценки уровня развития личных физических качеств, показателей собственного здоровья
УК-7.3 Выбор здоровьес берегающ их технологи й с учетом	<b>Знает:</b> методику выбора здоровьесберегаю щих технологий с учетом физиологических особенностей организма	Обучающийся не знает методику выбора здоровьесберегаю щих технологий с учетом физиологических особенностей	Обучающийся имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки,	Обучающийся твердо знает материал, не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос	Обучающийся знает научную терминологию, глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе- последовательно,

физиологических особенностей организма		организма	нарушения логической последовательности в изложении программного материала		чётко и логически стройно его излагает, не затрудняется с ответом при видоизменении заданий
	<b>Умеет:</b> выбирать здоровьесберегающие технологии с учетом физиологических особенностей организма	Не умеет выбирать здоровьесберегающие технологии с учетом физиологических особенностей организма	В целом успешное, но не системное умение выбирать здоровьесберегающие технологии с учетом физиологических особенностей организма	В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы, умение выбирать здоровьесберегающие технологии с учетом физиологических особенностей организма	Сформированное умение выбирать здоровьесберегающие технологии с учетом физиологических особенностей организма
	<b>Имеет навыки:</b> Выбора здоровьесберегающих технологий с учетом физиологических особенностей организма	Обучающийся не имеет навыков выбора здоровьесберегающих технологий с учетом физиологических особенностей организма	В целом успешное, но не системное владение навыками выбора здоровьесберегающих технологий с учетом физиологических особенностей организма	В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы или сопровождающиеся отдельными ошибками владение навыками выбора здоровьесберегающих технологий с учетом физиологических особенностей организма	Успешное и системное владение навыками выбора здоровьесберегающих технологий с учетом физиологических особенностей организма
УК-7.4 Выбор методов и средств физической культуры и спорта для коррекции собственного здоровья и	<b>Знает:</b> методику выбора методов и средств физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и	Обучающийся не знает методику выбора методов и средств физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции	Обучающийся имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в	Обучающийся твердо знает материал, не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос	Обучающийся знает научную терминологию, глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе-последовательно, чётко и логически стройно его излагает,

ого физическ ого развития, корректи и здоровья и восстанов ления работоспо собности	восстановления работоспособност и	здоровья и восстановления работоспособност и	изложении программного материала		не затрудняется с ответом при видоизменении заданий
	<b>Умеет:</b> выбирать методы и средства физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособност и	Не умеет выбирать методы и средства физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособност и	В целом успешное, но не системное умение выбирать методы и средства физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности	В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы, умение выбирать методы и средства физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности	Сформированное умение выбирать методы и средства физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности
	<b>Имеет навыки:</b> выбора методов и средств физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособност и	Обучающийся не имеет навыков выбора методов и средств физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособност и	В целом успешное, но не системное владение выбора методов и средств физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности	В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы или сопровождающиеся отдельными ошибками владение навыками выбора методов и средств физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности	Успешное и системное владение навыками выбора методов и средств физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления работоспособности
УК-7.5 Выбор рационал	<b>Знает:</b> способы и приемы профилактики	Обучающийся не знает способы и приемы	Обучающийся имеет знания только основного материала, но не усвоил	Обучающийся твердо знает материал, не допускает	Обучающийся знает научную терминологию, глубоко и прочно

<p>ьных способов и приемов профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте</p>	<p>профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте</p>	<p>профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте</p>	<p>его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала</p>	<p>существенных неточностей в ответе на вопрос</p>	<p>усвоил программный материал, исчерпывающе-последовательно, чётко и логически стройно его излагает, не затрудняется с ответом при видоизменении заданий</p>
	<p><b>Умеет:</b> выбирать рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте</p>	<p>Не умеет выбирать рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте</p>	<p>В целом успешное, но не системное умение выбирать рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте</p>	<p>В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы, умение выбирать рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте</p>	<p>Сформированное умение выбирать рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте</p>
	<p><b>Имеет навыки:</b> выбора способов и приемов для профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте</p>	<p>Обучающийся не имеет навыков выбора способов и приемов для профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте</p>	<p>В целом успешное, но не системное владение навыками выбора способов и приемов для профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте</p>	<p>В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы или сопровождающиеся отдельными ошибками владение навыками выбора способов и приемов для профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-</p>	<p>Успешное и системное владение навыками выбора способов и приемов для профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте</p>



					эмоционального утомления на рабочем месте	
--	--	--	--	--	---	--

### 1.2.3. Шкала оценивания

Уровень достижений	Отметка в 5-бальной шкале	Зачтено/ не зачтено
Высокий	«5» (отлично)	зачтено
Продвинутый	«4» (хорошо)	зачтено
Пороговый	«3» (удовлетворительно)	зачтено
ниже порогового	«2» (неудовлетворительно)	не зачтено

**2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы**

**ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ:**

**2.1. Зачет**

*а) типовые задания к зачету:*

*Умеет, имеет навыки (УК-7):*

1. Челночный бег 10х10м.
2. Бег 100м
3. Бег 100м (жен.)/1000м (муж.)
4. Приём и передача мяча сверху двумя руками
5. Приём и передача мяча снизу двумя руками
6. Подача мяча
7. Поднимание ног в висе на гимн. стенке до угла 90

*б) критерии оценивания:*

№	Зачет	Зачтено	Незачтено
1	Челночный бег 10х10м. (сек) (муж.)	28,5	Более 28,5
	Челночный бег 10х10м. (сек) (жен.)	31,0	Более 31,0
2	Бег 100м (сек.) (муж.)	14	Более 14
	Бег 100м (сек.) (жен.)	17	Более 17
3	Бег 1000м (мин,сек.) (муж.)	3,40	Более 3,40
	Бег 500м (мин,сек.) (жен.)	2,10	Более 2,10
4	Приём и передача мяча сверху двумя руками (кол.раз) (жен.)	9	Менее 9
	Приём и передача мяча сверху двумя руками (кол.раз) (муж.)	12	Менее 12
5	Приём и передача мяча снизу двумя руками (кол.раз) (жен.)	9	Менее 9
	Приём и передача мяча снизу двумя руками (кол.раз) (муж.)	12	Менее 12
6	Подача мяча (кол-во результативных из 10 подач) (жен.)	6	Более 6
	Подача мяча (кол-во результативных из 10 подач) (муж.)	8	Более 8
7	Поднимание ног в висе на гимн. стенке до угла 90 (жен.)	8	Менее 8
	Поднимание ног в висе на гимн. стенке до угла 90 (муж.)	16	Менее 16

**ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ:**

**2.2. Реферат**

*а) темы рефератов*

*УК-7.1 (знает):*

1. Влияние образа жизни на здоровье и физическую подготовку человека
2. Физиологические и биомеханические особенности двигательной деятельности

волейболистов.

3. Техника выполнения упражнений (ходьба, бег, стойка, падение, прыжок, нападающие удары, передачи мяча, подача мяча.)

*УК-7.5 (знает):*

4. Способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервно-эмоционального утомления на рабочем месте
5. Профилактика травматизма на учебных занятиях по физической культуре.
6. Профилактическое значение ФК и спорта для здорового и больного студента.
7. Правила соревнований в волейболе.
8. Правила и техника безопасности при занятиях волейболом.

*УК-7.2 (знает):*

9. Развитие личных физических качеств, показателей собственного здоровья.
10. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.
11. Физическое воспитание для профессионально-личностного развития.
12. Физическое самосовершенствование
13. Спортивные соревнования в вузе.

*УК-7.3 (знает):*

14. Здоровьесберегающие технологии с учетом физиологических особенностей организма.
15. Методические основы оздоровительной физической культуры.
16. Средства укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
17. Основы здорового образа жизни студентов.
18. Формирование здорового образа и стиля жизни.

*УК-7.4 (знает):*

19. Методы и средства физической культуры и спорта для собственного физического развития, коррекции здоровья и восстановления.
20. Методика развития физических качеств (силы, быстроты, выносливости) на учебных занятиях со студентами.
21. Средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки.
22. Основы методики организации судейства по избранному виду спорта.

#### *б) критерии оценивания*

При оценке работы студента учитывается:

1. Актуальность темы исследования
2. Соответствие содержания теме
3. Глубина проработки материала
4. Правильность и полнота разработки поставленных задач
5. Значимость выводов для дальнейшей практической деятельности
6. Правильность и полнота использования литературы
7. Соответствие оформления реферата методическим требованиям
8. Качество сообщения и ответов на вопросы при защите реферата

№ п/п	Оценка	Критерии оценки
-------	--------	-----------------

1	Отлично	Выполнены все требования к написанию и защите реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.
2	Хорошо	Основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочеты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.
3	Удовлетворительно	Имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности, тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод.
4	Неудовлетворительно	Тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.

### 3. Перечень и характеристики процедуры оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций

Процедура проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине регламентируется локальным нормативным актом.

#### Перечень и характеристика процедур текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине

№	Наименование оценочного средства	Периодичность и способ проведения процедуры оценивания	Виды вставляемых оценок	Форма учета
1.	Зачет	Раз в семестр, по окончании изучения дисциплины	зачтено/незачтено	Ведомость, зачетная книжка
2.	Реферат	Систематически на занятиях	По пятибалльной шкале	Журнал успеваемости преподавателя