

«ЗАТВЕРДЖЕНО»  
на засіданні кафедри  
спортивних та рекреаційних ігор  
« \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ р. протокол № \_\_\_  
Зав. каф Ковцун В.І.

## **ТЕМИ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ**

**з дисципліни «Теорія і методика спортивних ігор»**

**Модуль 4 (волейбол)**

**спеціальності 017 Фізична культура і спорт**

**спеціалізація Фізична культура різних груп населення**

**для студентів II курсу**

©доц. Ковцун В.І

©доц. Мельник В. О.

### **Заняття № 1**

**Тема: Методика навчання прийомів техніки гри в нападі.**

Методика навчання стійок та переміщень у нападі. Методика навчання техніки передачі м'яча двома руками зверху на місці і в русі, назад за голову, в стрибку і відкидання м'яча.

Підведення підсумків заняття.

### **Заняття №2**

**Тема: Методика навчання прийомів техніки гри в нападі.**

Методика навчання техніки нижньої прямої і бокової подачі та верхньої бокової подачі. Навчальна практика.

Підведення підсумків заняття.

### **Заняття № 3**

**Тема: Методика навчання прийомів техніки гри в захисті.**

Методика навчання стійок та переміщень у захисті. Методика навчання техніки передачі м'яча двома руками знизу на місці та в русі і прийому м'яча двома руками знизу після подачі. Навчальна практика. Здача техніки нижньої і верхньої прямої подачі м'яча. Навчальна гра.

Підведення підсумків заняття.

### **Заняття № 4**

**Тема: Методика навчання прийомів техніки гри в захисті.**

Методика навчання техніки прямого нападаючого удару, нападаючого удару з переводом руки і поворотом тулуба. Навчальна практика. Здача техніки передачі м'яча двома руками знизу від стіни на відстані від 2-х метрів. Навчальна гра.

Підведення підсумків заняття.

### **Заняття № 5**

**Тема: Методика навчання прийомів техніки гри в захисті.**

Методика навчання техніки одиночного і групового блокування. Методика навчання техніки страхування. Методика навчання техніки прийому м'яча двома руками знизу після нападаючого удару. Навчальна практика. Здача техніки прямого нападаючого удару. Навчальна гра.

Підведення підсумків заняття.

### **Заняття № 6**

**Тема: Методика навчання тактичним діям у нападі. Правила і методика суддівства.**

Індивідуальні тактичні дії в нападі, тактика передачі і подачі м'яча, нападаючого удару. Командні тактичні дії в нападі (система нападу з другої передачі зв'язуючого гравця передньої лінії). Навчальна гра.

Підведення підсумків заняття.

### **Заняття № 7**

**Тема: Методика навчання тактичним діям у захисті.**

Індивідуальні тактичні дії в захисті (прийом подачі і нападаючого удару, блокування, страхування і самострахування). Командні тактичні дії в захисті (система двох захисників або «кутом вперед» - 2:2:2). Навчальна гра.

Підведення підсумків заняття.

### **Заняття № 8**

**Тема: Методика навчання тактичним діям у нападі.**

Групові тактичні дії в нападі (комбінації «Хвиля», «Ешелон», «Хрест»). Командні тактичні дії в нападі (система нападу з другої передачі зв'язуючого гравця, що виходить з задньої зони). Навчальна гра.

Підведення підсумків заняття.

### **Заняття № 9**

**Тема: Методика навчання тактичним діям у захисті.**

Групові тактичні дії в захисті (взаємодія блокуючих між собою, захисників між собою і захисників з блокуючими). Командні тактичні дії в захисті (система трьох захисників або «кутом назад» - 2:1:3 і система нападу з першої передачі або відкидки). Навчальна гра.

Підведення підсумків заняття

### **Заняття № 10**

**Тема: Тестовий контроль. Підведення підсумків проходження курсу**

- написання тестових завдань

- проведення учбової практики студентами  
Підведення підсумків заняття та результатів проходження курсу з «ТіМВ  
- Волейбол».

### **Рекомендована література:**

#### **Основна:**

1. Волейбол: учеб. для вузов / под общ. ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. – 4-е изд. – Москва : Дивизион, 2009. - 360 с.
2. Демчишин А.П. Волейбол – гра для всіх / А. П. Демчишин. – Київ : Здоров'я, 1986. – 104 с.
3. Підготовка юних волейболістів / А.П. Демчишин, Р.С. Мозола, Ю.М. Панишко. – Київ : Радянська школа, 1982.-191 с.
4. Демчишин А.П. Підготовка волейболістів / Демчишин А.П., Пилипчук Б.С. – Київ : Здоров'я, 1979. - 104 с.
5. Железняк Ю.Д. Теория и методика спортивных игр : учеб. для вузов физической культуры / Ю.Д. Железняк. — Москва : Академия, 2014. – 412 с.
6. Железняк Ю.Д. Волейбол : учеб. для ин-тов физ. культуры / Ю.Д. Железняк А.В. Ивойлов. – Москва : Физкультура и спорт, 1991. – 382 с.
7. Ковцун В. І. Волейбол: основи гри, методика навчання й тренування : метод. поради для оволодіння навичками, вміннями гри волейбол при проходженні курсу теорії та методики викладання волейболу студентам 2<sup>го</sup> року навчання / В. І. Ковцун, А. П. Демчишин. – Львів : Фернеза, 2002. – 33 с.
8. Ковцун В. І. Волейбол : основи техніки і тактики гри в волейбол : метод. матеріал для лекцій з теорії та методики викладання волейболу / В. І. Ковцун, А. П. Демчишин. – Львів : Фернеза, 2002. – 33 с.
9. Ковцун В. І. Волейбол як важливий засіб виховання гармонійної особистості / В. І. Ковцун, А. П. Демчишин // Здоровий спосіб життя : зб. матеріалів ІІ Міжрегіон. наук.-практ. конф. - Львів, 2002. - С. 37 - 40.
10. Ковцун В. І. Виникнення і розвиток волейболу в Галичині / В. І. Ковцун, Ю. М. Панишко // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики спортивних ігор : матеріали V Всеукр. наук.-практ. конф. - Львів, 2007. - С. 40 - 41.
11. Костюков В. М. Теорія і методика викладання спортивних ігор: курс лекцій / Костюков В.М., Вознюк Т.В., Драчук А.І.. – Вінниця : ВДПУ, 2004. – 117 с.
12. Костюков В. В. Пляжный волейбол : учеб. пособие. / В. В. Костюков – Москва : Советский спорт, 2005. - 156 с.
13. Костюков В. В. Пляжный волейбол (тренировка, техника, тактика) : пособие. – 5- е изд., перераб. и доп. / В.В. Костюков. - Краснодар, 2007. - 266 с., ил.
14. Кунянский В.А. Волейбол: Профессиональная подготовка судей : методическое пособие по подготовке судей по волейболу / В.А. Кунянский – Москва : Дивизион, 2007. - 176 с.
15. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учеб. для студентов высших пед. учеб. заведений / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин, А.В. Лексаков. - 6-е изд. стер. – Москва : Академия, 2010. - 520 с.

16. Effect of physical development parameters and conditioning abilities on the level of motor coordination in female volleyball players in the phase of specialized basic training / Roman Boichuk, Sergii Iermakov, Vasyl Kovtsun, Viktoria Pasichnyk, Valeryi Melnyk, Mykola Lazarenko, Mariya Troyanovska, Vitalii Kovtsun // Journal of Physical Education and Sport. – 2018. – Vol. 18, suppl. is. 4. – P. 1950–1957.

17. Офіційні волейбольні правила 2017-2020, затверджені 35-м Конгресом ФІВБ 2016. – Київ, 2016. – 83 с.

#### **Допоміжна**

1. Железняк Ю. Д. 120 Уроків по волейболу / Ю. Д. Железняк. – Москва : Фізкультура и спорт, 1965. – 192 с.

2. Железняк Ю. Д. К мастерству в волейболе / Ю. Д. Железняк. – Москва, 1978. – 224 с.

3. Клещев Ю.Н. Волейбол / Ю.Н. Клещев. – Москва : Фізкультура и спорт, 1979. – 48 с.

4. Клещев Ю.Н. Юный волейболист / Ю.Н. Клещев, А.Г. Фурманов. – Москва : Фізкультура и спорт, 1979. – 231 с.

5. Роль швидко-силових здібностей у формуванні технічної підготовки волейболістів 10–14 років / Олександр Швай, Валерій Поляковський, Леонід Гнітецький, Євген Приступа // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2011. – № 1. – С. 73–76.

6. Пименов М.П. Волейбол: специальные упражнения / М. П. Пименов. – Киев, 1993. – 188 с.

7. Приступа Є. Н. Теоретичні та методичні аспекти класифікації засобів народної фізичної культури / Є. Н. Приступа, В. І. Левків, Р. С. Мозола // Традиції фізичної культури в Україні : зб. наук. ст. – Київ, 1997. – С. 115–131.

8. Подготовка волейболистов / А. Г. Фурманов. – Минск : МЕТ, 2007. – 329с.

9. Поташник А. Судейство соревнований по волейболу / А. Поташник, В. Гезенцвей. – Москва : Фізкультура и спорт, 1973.

10. Поташник А. Волейбол (судейство и организация соревнований) / А. Поташник. – Москва : Советская Россия, 1973.

11. Фурманов М.П. Волейбол / М.П. Фурманов. – Киев : Радянська школа, 1993. – 196 с.

12. Хапко В.Е. Волейбол / В.Е. Хапко, В.И. Белоус. – Киев : Радянська школа, 1988. -112с.

13. Хапко В.Е. Совершенствование мастерства волейболистов / В.Е. Хапко, В.Н. Маслов. – Киев : Здоровье, 1990. - 124 с.

14. Музика Ф. В. Анатомія людини : навч. посіб. / Ф. В. Музика, М. Я. Гриньків, Т. М. Кучериб. – Львів : ЛДУФК, 2014. – 360 с.

#### **Інформаційні ресурси інтернет:**

1 Електронний каталог ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://3w.ldufk.edu.ua/>

- 2 Електронний репозитарій ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>
- 3 Волейбол : анот. трьома мовами бібліогр. покажч. [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2015. – 32 с.
- 4 Ігри : анот. трьома мовами бібліогр. покажч. [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2016. – 24 с.
- 5 Офіційний інтернет-сайт міжнародної федерації волейболу (FIVB) [Режим доступу] (<http://www.fivb.com>).
- 6 Офіційний інтернет-сайт європейської конференції волейболу (CEV) [Режим доступу] (<http://www.cev.ua>)
- 7 Офіційний сайт Федерації волейболу України [Режим доступу] [www.fvu.in.ua/](http://www.fvu.in.ua/)
- 8 <https://www.fivb.org/EN/BeachVolleyball/>