

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
МИКОЛАЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ В. О. СУХОМЛИНСЬКОГО

Факультет фізичної культури та спорту  
Кафедра теорії та методики фізичної культури



Проректор із науково-педагогічної  
роботи \_\_\_\_\_ О. А. Кузнецова

27 серпня 2019 р.

**ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**  
**МЕТОДИКА ПРОВЕДЕННЯ СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ**  
**З БАСКЕТБОЛУ ТА ВОЛЕЙБОЛУ**

Ступінь бакалавра

Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка

Спеціальність «014 Середня освіта»

014.11 Середня освіта (Фізична культура)

Освітні програми Фізична культура, спортивно-масова робота та туризм,  
Фізична культура та Захист Вітчизни

Миколаїв – 2019


Розроблено та внесено: Миколаївський національний університет імені В.О.Сухомлинського.

Розробник програми: Кулаков Юрій Євгенович, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури, доцент; Вертелецький Олег Іванович, викладач кафедри теорії та методики фізичної культури.

Програму схвалено на засіданні кафедри теорії та методики фізичної культури

Протокол від «27» серпня 2019 року № 1

Завідувач кафедри теорії та методики

фізичної культури  (Литвиненко О. М.)


Програму погоджено навчально-методичною комісією факультету фізичної культури та спорту

Протокол від «27» серпня 2019 року № 1

Голова навчально-методичної комісії  (Литвиненко О. М.)

Програму погоджено навчально-методичною комісією університету

Протокол від «27» серпня 2019 року № 14

Голова навчально-методичної комісії університету  (О. А. Кузнецова)

## ВСТУП

Програма вивчення нормативної навчальної дисципліни «Методика проведення секційних занять з баскетболу та волейболу» складена Кулаковим Ю. Є., Вертелецьким О. І. відповідно до освітньо-професійної програми підготовки спеціальності 014 Середня освіта, предметна спеціалізація 014.11 (Фізична культура), освітня програма: Фізична культура, спортивно-масова робота та туризм; Фізична культура та Захист Вітчизни. Мова викладання – українська.

**Предметом** вивчення навчальної дисципліни є: теоретичні основи спортивних ігор баскетбол та волейбол; методика навчання техніко-тактичним діям в баскетболі, волейболі та їх удосконалення; тренувальна та змагальна діяльність, з урахуванням специфіки різних вікових та статевих груп; правила змагань з баскетболу, волейболу та організація змагань.

**Міждисциплінарні зв'язки:** анатомія людини, легка атлетика та методика викладання, гімнастика та методика викладання, педагогіка, фізіологія людини, методика проведення рухливих ігор.

### 2. Мета та завдання навчальної дисципліни

2.1. Метою викладання навчальної дисципліни «Методика проведення секційних занять з баскетболу та волейболу» є формування у студентів цілісної системи знань та умінь щодо професійної діяльності у сфері фізичної культури і спорту на основі вивчення спортивних ігор (баскетбол, волейбол). Володіння навичками гри, знаннями структури гри, техніки і тактики, ігрової та змагальної діяльності, засвоєння методів навчання, необхідних для самостійної педагогічної роботи в школі.

2.2. Основними завданнями вивчення дисципліни «Методика проведення секційних занять з баскетболу та волейболу» є :

- надання майбутнім спеціалістам знань, вмінь і навичок зі спостереження, аналізу і проведення спортивних ігор в учбовій і позакласній роботі з фізичного виховання у школі;
- навчити студентів використовувати гру в реалізації освітньої і виховної мети;
- формування у студентів потреби до зміцнення здоров'я і фізичного вдосконалення;
- фізичне та спортивне вдосконалення студентів;
- набуття необхідних знань, навичок та вмінь з основ теорії, методики організації і проведення спортивних ігор;
- вивчення правил змагань та методики суддівства з баскетболу та волейболу.

#### **знати:**

- місце спортивних ігор у педагогічній практиці;
- історію, сучасне становище та перспективи розвитку баскетболу, волейболу;
- техніку безпеки під час проведення занять та змагань з баскетболу, волейболу;
- методику навчання технічним елементам в баскетболі, волейболі;
- методику навчання тактичним діям в баскетболі, волейболі;
- системи змагань у баскетболі, волейболі;
- особливості розвитку фізичних якостей у баскетболі, волейболі;

#### **вміти:**

- технічно вірно виконувати вправи баскетболу, волейболу в тренувальних та змагальних умовах, показуючи при цьому результати, що відповідають кваліфікаційним вимогам;
- складати конспекти, готувати місце для проведення ігор, необхідний інвентар і встаткування;
- проводити будь-якої частини уроку і заняття в цілому, згідно з програмою;
- організувати та проводити змагання з баскетболу, волейболу у загальноосвітньому навчальному закладі.

#### **володіти:**

- методикою організації й проведення спортивних ігор.

**2.3. Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студент оволодіває такими компетентностями:**

#### **Загальнопредметні:**

**ЗК 2.** Здатність працювати в команді та автономно.

**ЗК 4.** Здатність застосовувати набуті знання в практичних ситуаціях.

**ЗК 6.** Здатність до самовдосконалення та саморозвитку.

**ЗК 11.** Здатність учитися; володіти високою мотивацією до підвищення свого культурного і професійного рівня.

#### **Фахові:**

**ФК 1.** Здатність формувати в учнів предметні компетентності з педагогіки, фізичного виховання, медико-біологічних та психологічних основ і технологій розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей, санітарно-гігієнічних основ діяльності у сфері фізичної культури.

**ФК 2.** Здатність застосовувати сучасні методи й освітні технології навчання у фізичному вихованні.

**ФК 4.** Здатність аналізувати особливості сприйняття та засвоєння учнями навчальної інформації з метою прогнозу ефективності та корекції навчально-виховного процесу з фізичного виховання.

**ФК 5.** Здатність до володіння 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 самостійної розробки методик і технологій для інтегрального гармонійного розвитку людини.

**ФК 7.** Здатність оволодівати базовими і новими видами фізкультурної діяльності.

**ФК 10.** Здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями.

**ФК 11.** Здатність самостійно проводити заняття з в шкільній секції спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму.

**ФК 13.** Здатність оцінювати фізичні здібності і функціональний стан учнів, адекватно вибирати засоби і методи рухової діяльності для корекції стану учнів з урахуванням їх індивідуальних особливостей.

**ФК 17.** Здатність до ініціативності, відповідальності та навичок до безпечної діяльності відповідно до майбутнього профілю роботи, галузевих норм і правил, а також необхідного рівня індивідуального та колективного рівня безпеки у надзвичайних ситуаціях.

#### **Програмні результати навчання:**

**ПРН 5.** Демонструє знання правил профілактики травматизму та надання першої медичної допомоги; володіє основними методами захисту населення від можливих наслідків аварій, катастроф, стихійних лих.

**ПРН 6.** Демонструє знання законів і принципів розучування рухових умінь і навичок, володіє теорією і методикою розвитку рухових умінь і навичок в базових видах рухової активності.

**ПРН 8.** Демонструє уміння у розробці навчально-методичних матеріалів (робочих програм, навчально-тематичних планів) на основі освітнього стандарту та зразкових програм з урахуванням виду освітньої установи, особливостей класу / групи та окремих учнів.

**ПРН 13.** Пояснює принципи, засоби та методи фізичного виховання населення; інтерпретує теорію навчання рухових дій; описує методики розвитку рухових якостей; визначає форми організації занять у фізичному вихованні.

**ПРН 18.** виявлена здатність вчитися упродовж життя і вдосконалюватися, з високим рівнем автономності, набутої під час навчання кваліфікації.

**ПРН 22.** Здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями освітніх закладів загальної середньої, середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями.

**ПРН 23.** Здатність оцінювати фізичні здібності і функціональний стан учнів, адекватно вибирати засоби і методи рухової діяльності для корекції стану учнів з урахуванням їх індивідуальних особливостей на уроках фізичної культури.

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 180 годин/6 кредитів ECTS.

## **2. Інформаційний обсяг навчальної дисципліни**

### **Кредит 1. Методика проведення секційних занять з дітьми молодшого шкільного віку.**

**Тема 1. Техніка нападу, методика навчання.** Ознайомлення з методикою проведення розминки. Навчання бігу боком і спиною вперед приставними кроками. Навчання лову й передачі на місці. Навчання передачі однією рукою від плеча. Навчання веденню м'яча в русі. Навчання кидкам двома руками від грудей. Навчання зупинкам після бігу. Навчання кидкам однією рукою з місця. Навчання кидкам після ведення м'яча.

**Тема 2. Техніка захисту, методика навчання.** Навчання пересуванням у захисній стійці. Удосконалювання опіки гравців. Удосконалювання опіки гравця без м'яча.

### **Кредит 2. Методика проведення секційних занять з дітьми середнього шкільного віку.**

**Тема 3. Техніка нападу, вдосконалення технічних елементів.** Удосконалювання передач у русі. Удосконалювання лову м'яча. Удосконалювання кидків.

**Тема 4. Тактика нападу, методика навчання.** Навчання відволікаючим діям на передачу. Навчання відволікаючим діям на обхід супротивника. Взаємодії із центровим гравцем. Атака двох нападаючих проти одного захисника. Атака трьох нападаючих проти двох захисників. Навчання основам швидкого прориву. Навчання боротьбі за м'яч, що відскочив від щита.

**Тема 5. Техніка захисту, методика навчання та вдосконалення технічних елементів.** Навчання перехопленням м'яча. Навчання вириванню й вибиванню м'яча. Навчання вибиванню м'яча при веденні.

### **Кредит 3. Методика проведення секційних занять з дітьми старшого шкільного віку.**

**Тема 6. Вдосконалення техніки гри.** Навчання накриванню м'яча при кидку. Боротьба за м'яч, що відскочив від щита. Удосконалювання передач на максимальній швидкості. Штрафні кидки.

**Тема 7. Вдосконалення тактики нападу.** Удосконалювання швидкого прориву. Швидкий прорив після штрафного кидка. Розучування нападу «трійкою». Комбінація при вкиданні м'яча через бічну лінію. Заслони. Заслін центровим гравцем. Ознайомлення з нападом двома центрами і їхніми взаємодіями.

**Тема 8. Тактика захисту, методика навчання.** Щільна система захисту. Опіка центрального попереду.

### **Кредит 4. Етап відбору початкової спортивної підготовки в волейболі. Вік 9-11 років.**

**Тема 9. Техніка гри волейбол, методика навчання.** Навчання основам техніки гри волейбол. Привчання до ігрової та змагальної діяльності. Підготовчі вправи для розвитку спеціальних якостей і здібностей, які полегшують оволодіння технікою. Вправи що підводять, вправи по техніці і тактиці, які сприяють оволодінню раціональної технікою гри. Підготовчі до волейболу ігри, міні-волейбол, навчальні ігри з завданнями, контрольні гри.

**Тема 10. Тактика гри волейбол, методика навчання.** Підготовчі вправи для розвитку спеціальних якостей і здібностей, які полегшують оволодіння тактичними діями. Вправи що підводять, вправи з тактики, які сприяють оволодінню раціональними тактичними діями.

### **Кредит 5. Етап спеціальної підготовки. Вік 12-15 років.**

**Тема 11. Закріплення техніки гри волейбол.** Міцне оволодіння основами техніки та тактики, навичками гри. Вправи для розвитку основних рухових якостей вдосконалення навичок природних рухів, розширення рухового досвіду. Вправи що підводять, вправи по техніці, які сприяють оволодінню основними техніко-тактичним арсеналом волейболу, в тому числі із застосуванням, технічних засобів.

**Тема 12. Тактика гри, диференціація спортсменів по ігровим функціям.** Міцне оволодіння основами тактики, навичками гри. Визначення ігрової функції кожного спортсмена і з урахуванням цього індивідуалізація підготовки. Інтегральна підготовка, мета якої - навчити спортсменів в змагальній діяльності реалізувати ігрові навички і підвищувати їх надійність. Сюди входять вправи, в яких в єдності вирішуються питання фізичної та технічної, технічної і тактичної підготовки, ігрові вправи, навчальні ігри з завданнями, контрольні та змагальні ігри з установкою на гру і подальшим її аналізом. Визначення ігрової функції кожного спортсмена (сполучного, нападника), індивідуалізація занять з урахуванням цих функцій, спеціальні завдання в навчальних та контрольних іграх, установки і розбір змагань.

**Кредит 6. Етап фізичного вдосконалення, спеціалізації на основі універсальної підготовки. Вік 16-18 років.**

**Тема 13. Вдосконалення технічних елементів в волейболі.** Досягнення високого рівня технічної підготовленості на основі індивідуалізації тренування. Досягнення високої майстерності у виконанні ігрової функції в команді на базі високої універсальної підготовленості. Досягнення стабільності гри (надійності ігрових навичок в складній змагальній обстановці).

**Тема 14. Тактика гри, досягнення високої майстерності в виконанні ігрових функцій в команді.** Досягнення високого рівня тактичної підготовленості на основі індивідуалізації тренування. Інтегральна підготовка в умовах більш складних в порівнянні з змагальною діяльністю. Змагальна підготовка (контрольні ігри та участь в змаганнях).

### 3. Базова

1. Баскетбол. Правила соревнований. М., 2017.
2. Василий Рыцарев. Волейбол. Теория и практика. Учебник. / Василий Рыцарев – Издательство «Спорт», 2016 – 456с.
3. Гомельский, В. А. Как играть в баскетбол. I Love This Game (комплект из 2 книг) / В.А. Гомельский. - М.: Эксмо, 2015. - 432 с.
4. Гомельский, В. Как играть в баскетбол / В. Гомельский. - М.: Эксмо, 2015. - 288 с.
5. Пасічник В. В. Теорія і методика викладання баскетболу : навч. посіб. Львів : ЛДУФК, 2015. –78 с.
6. Офіційні волейбольні правила 2017 – 2020 : схвалені тридцять п'ятим конгресом FIVB / FIVB. – К., 2016. – 88 с.
7. Носко М.О. Волейбол у фізичному вихованні студентів: [підручник] / М.О. Носко, О.А. Архипов, В.П. Жула. – К.: «МП Леся», 2015. – 396 с.
8. С. Оинума Уроки волейбола / С.Оинума. - Москва: СИНТЕГ, 2015. - 112 с.
9. Теорія і методика викладання спортивних ігор : навч. метод. посіб. для факульт. фіз. вих. і сп. вищих навч. закладів III - IV рівнів акредитації / М. В. Прозар, В. В. Слюсарчук, М. В. Зубаль, С. М. Телебей. – Кам'янець-Подільський : ТОВ «Друкарня Рута», 2014. – 198 с.
10. Тучинська Т. А., Руденко Є. В. Баскетбол: навч.-метод. посіб. Черкаси : ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 2015. 95 с.

### Допоміжна

1. Вертелецький О.І., Кулаков Ю.Є., Богатир В.Г. Рухливі ігри з елементами спортивних ігор для учнів 1–8 класів : навчально-методичний посібник. Миколаїв : МНУ ім. В.О. Сухомлинського, 2016. 92 с.

2. Вертелецький О.І., Кулаков Ю.Є., Богатир В.Г. Спортивні ігри та методика викладання (баскетбол): навчально-методичний посібник. Миколаїв : МНУ, 2016. 60 с.
3. Гомельський, А. Я. Управление командой в баскетболе / А.Я. Гомельський. - Москва: СПб. [и др.] : Питер, 2015. - 144 с.
4. Кулаков Ю.Є., Вертелецький О.І. Індивідуальні тренувальні заняття студентів з баскетболу: навчально-методичний посібник. Миколаїв : МНУ, 2019. 102 с.
5. Сироватко, З. В. Сучасний стан підготовки волейболістів у навчально-тренувальному процесі ВНЗ України / З. В. Сироватко, В. М. Єфременко // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наук. праць. - Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2016. - Вип. 11(81). - С. 100-103.
6. Стрельникова Є.Я. Аналіз фінальних змагань Кубка України 2015 року з волейболу серед жіночих команд. / Є.Я. Стрельникова, Т. П. Ляхова // Проблемы и перспективы развития спортивных игр и единоборств в высших учебных заведениях // Сб. XII междунар. научн. конф., 5-6 февраля 2016 года. – Т 2 – ХДАФК, 2016 – С.51 –53

### Інформаційні ресурси

1. <http://fbu.ua/coach/>
2. <http://www.slamdunk.ru/others/literature>
3. [http://basketball-training.org.ua/about\\_site](http://basketball-training.org.ua/about_site)
4. <http://sport-lessons.com/teamgames/basketball/>
5. <http://www.volley4all.net/technique.html>
6. <http://festival.1september.ru/articles/608407/>
7. <http://fizkultura-na5.ru/katalog-statej/volejbol/>
8. <http://sport-lessons.com/teamgames/volleyball/>
9. <http://kmfv.rv.ua/uploads/files/doc/fivb-volleyball-rules-ukr.pdf>

#### 4. Форма підсумкового контролю успішності навчання: залік, екзамен.

#### 5. Засоби діагностики успішності навчання:

Діагностичний розділ визначає диференційований та об'єктивний облік результатів навчальної діяльності студентів і включає в себе ряд підрозділів:

- а) контроль засвоєння **теоретичних знань**;
- б) контроль рівня та динаміки **загальної фізичної підготовленості** студентів (виконання контрольних тестів загально-фізичної підготовки на результат);
- в) контроль рівня та динаміки **спеціальної фізичної підготовленості** студентів (виконання контрольних вправ спеціально-фізичної підготовки на результат);
- г) контроль рівня **засвоєння техніки** цілісної вправи у рухливих іграх та її складових частин;
- д) контроль рівня **інтегральної підготовленості** студента;
- е) контроль засвоєння **професійних навичок** (проведення на оцінку окремих загально розвиваючих вправ, підготовчої частини, окремих задач та цілісного навчально-тренувального заняття з спортивних ігор для різних вікових груп);
- ж) контроль засвоєння **суддівських навичок** (організація та проведення змагань, методика суддівства).

Оцінка рівня теоретичних знань здійснюється за допомогою:

1. а) аналізу проведення студентом окремих загально розвиваючих вправ, підготовчої частини, окремих завдань основної частини секційного заняття;

б) вирішення завдань науково-дослідницького характеру за отриманою темою індивідуально-наукового дослідного завдання.

Оцінка рівня та динаміки загальної фізичної підготовленості студентів здійснюється за допомогою практичного виконання вправ загально-фізичної підготовки, рекомендованих для баскетболу, волейболу. Показаний результат має свідчити про наявний рівень розвитку основних рухових якостей та дозволити простежити його динаміку на протязі навчання.

Оцінка рівня та динаміки спеціальної фізичної підготовленості студентів здійснюється за допомогою практичного виконання спеціальних вправ, рекомендованих при проведенні баскетболу, волейболу. Показаний результат має свідчити про наявний рівень розвитку спеціальної підготовленості та дозволити простежити її динаміку на протязі навчання.

Оцінка рівня інтегральної підготовленості студента здійснюється через участь студента у змаганнях з баскетболу, волейболу.

Оцінка рівня професійної підготовленості студента здійснюється за допомогою підготовки план-конспектів та проведення заняття для молодшого, середнього та старшого шкільного віку, окремих загально-розвиваючих та спеціальних вправ.

Критерії оцінювання розробляються вчителем в залежності від складності завдання.

Оцінка засвоєння суддівських навичок здійснюється за допомогою:

а) виконання обов'язків судді з баскетболу, волейболу під час занять та в позаурочний час;

б) організації та проведення змагань серед учнів ЗОШ;

Критерії оцінювання суддівства та організації змагань розробляються викладачем з урахуванням суддівської посади студента та масштабу змагань.