

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ВОЛЖСКИЙ ИНСТИТУТ ЭКОНОМИКИ, ПЕДАГОГИКИ И ПРАВА»

Факультет экономики и управления

**Рабочая программа дисциплины**

**«Волейбол»**  
(ред. от 27.05.2021)

Направление подготовки:  
**38.03.01 Экономика**

Направленности (профили) образовательной программы:  
**Бухгалтерский учет, анализ и аудит,  
Корпоративные финансы и банковское дело**

Уровень высшего образования:  
**бакалавриат**

Квалификация выпускника:  
**«бакалавр»**

Волжский, 2018 г.

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 38.03.01 Экономика (уровень бакалавриата), утвержденного Приказом Минобрнауки России от 12.11.2015 N 1327.

Рабочая программа дисциплины предназначена для преподавания элективной дисциплины по физической культуре и спорту программы бакалавриата по направлению подготовки 38.03.01 Экономика.

Составитель рабочей программы дисциплины:

Зорина С.Д., канд. пед. наук, доцент, доцент кафедры физической культуры

## 1 Цель освоения дисциплины «Волейбол»

Цель освоения дисциплины «Волейбол» - формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных методов и средств физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

## 2 Место дисциплины в структуре образовательной программы бакалавриата

Дисциплина «Волейбол» - элективная дисциплина по физической культуре и спорту программы бакалавриата по направлению подготовки 38.03.01 Экономика, а также адаптационная дисциплина, учитывающая особенности нозологий инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Освоение дисциплины «Волейбол» предполагает наличие у обучающихся знаний, умений и навыков по дисциплинам: «Психология», «Безопасность жизнедеятельности», а также по предмету «Физическая культура» основной образовательной программы среднего общего образования.

Знания концептуальных основ дисциплины «Волейбол» являются базовыми для изучения дисциплины «Физическая культура и спорт» и прохождения учебной и производственной практик.

## 3 Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы бакалавриата

| Перечень компетенций  | В результате освоения дисциплины обучающийся должен  |   |  |
|---|--|---|--|
|   | Знать  | уметь   | владеть  |
| Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7);   | особенности мотивационной сферы личности к физкультурно-спортивной деятельности; особенности формирования психических качеств, черт, свойств личности в процессе физического воспитания;   | самостоятельно выбрать вид спорта или систему физических упражнений для укрепления здоровья и подготовки к профессиональной деятельности; самостоятельно моделировать условия для формирования психических свойств личности;  | методами самостоятельного выбора вида спорта или системы физических упражнений для укрепления здоровья и подготовки к профессиональной деятельности; средствами и методами воспитания морально-волевых качеств;  |
| способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8). | инструкции по охране труда на занятиях, правила волейбола; составляющие здорового образа жизни; закономерности воспитания и совершенствования физических качеств; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; правила и способы планирования | придерживаться здорового образа жизни; выполнять технические приемы и судить соревнования по волейболу; самостоятельно поддерживать и развивать физические качества в процессе занятий физическими упражнениями; осуществлять | техническими и тактическими приемами волейбола; методиками и методами самодиагностики, самооценки, средствами оздоровления для самокоррекции здоровья различными формами двигательной деятельности; средствами и |

| Перечень компетенций | В результате освоения дисциплины обучающийся должен   |  |   |
|----------------------|---|--|---|
|                      | Знать   | уметь  | владеть   |
|                      | индивидуальных занятий различной целевой направленности; влияние условий и характера труда бакалавра на выбор содержания производственной физической культуры, направленного на повышение производительности. | подбор необходимых физических упражнений для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. | методами воспитания физических качеств, необходимых в профессиональной деятельности и в быту. |

#### 4 Объем, структура и содержание дисциплины «Волейбол»

**Объем дисциплины** составляет 328 академических часов (в зачетные единицы не переводятся).

**Виды учебной работы**, предусмотренные учебным планом для студентов очной формы обучения: практические занятия;

**Виды учебной работы**, предусмотренные учебным планом для студентов заочной формы обучения: семинары (практические занятия), самостоятельная работа.

Контактная работа со студентами очной формы обучения включает: занятия семинарского типа, индивидуальные и групповые консультации, промежуточную аттестацию (зачет).

Контактная работа со студентами заочной формы обучения включает: занятия семинарского типа, индивидуальные и групповые консультации.

#### **Виды контроля по дисциплине:**

- текущий контроль успеваемости – тесты определения физической подготовленности (Т), выполнение контрольных упражнений (КУ), написание реферата (Р).

- промежуточная аттестация: очная форма обучения: курсы 1-3 семестры 1-5 – зачет; заочная форма обучения: курс 1 – зачет.

#### **Структура дисциплины «Волейбол»**

##### **Очная форма обучения**

| Раздел, тема дисциплины  | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу и трудоемкость (в академ. часах) |                           |             |                          |     | Итого объем дисциплины (в академ. часах) | Формы текущего контроля и промежуточной аттестации |
|--|--|---------------------------|-------------|--------------------------|-----|--|--|
|  | Контактная работа  |                           |             |                          |     |  |  |
|  | Лекции   | Семинары (практ. занятия) | Лаб. работы | Другая контактная работа | СРС |  |  |
| <b>Семестр 1</b>   |  |                           |             |                          |     |  |  |
| Тема 1. Инструктаж по охране труда при проведении занятий по спортивным и подвижным играм. Сущность игры и правила соревнований. Судейство игры: жесты |  | 2                         |             |                          |     | 2  |  |
| Тема 2. Обучение и совершенствование техники стоек, перемещений  |  | 6                         |             |                          |     | 6  |  |
| Тема 3. Обучение и совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху   |  | 10                        |             |                          |     | 10                                       | КУ   |
| Тема 4. Обучение и совершенствование техники подачи волейбольного мяча   |  | 10                        |             |                          |     | 10                                       | КУ   |
| Тема 5. Обучение и совершенствование техники нападающего удара   |  | 10                        |             |                          |     | 10                                       |  |
| Тема 6. Обучение и совершенствование техники приема мяча   |  | 10                        |             |                          |     | 10                                       | КУ   |
| Тема 7. Обучение и   |  | 4                         |             |                          |     | 4  |  |

| Раздел, тема дисциплины  | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу и трудоемкость (в академ. часах) |                           |             |                          |     | Итого объем дисциплины (в академ. часах) | Формы текущего контроля и промежуточной аттестации |
|--|--|---------------------------|-------------|--------------------------|-----|--|--|
|  | Контактная работа  |                           |             |                          | СРС |  |  |
|  | Лекции   | Семинары (практ. занятия) | Лаб. работы | Другая контактная работа |     |  |  |
| совершенствование техники блокирования   |  |                           |             |                          |     |  |  |
| Тема 8. Обучение индивидуальным, групповым и командным тактическим действиям в нападении и совершенствование в них                                     |  | 4                         |             |                          |     | 4  |  |
| Тема 9. Обучение индивидуальным, групповым и командным тактическим действиям в защите и совершенствование в них  |  | 4                         |             |                          |     | 4  |  |
| Тема 10. Общая физическая подготовка. Развитие физических качеств  |  | 10                        |             |                          |     | 10                                       | Т  |
| Промежуточная аттестация   |  |                           |             | 2                        |     | 2  | Зачет  |
| <b>Итого (в 1 семестре)</b>  |  | <b>70</b>                 |             | <b>2</b>                 |     | <b>72</b>                                |  |
| <b>Семестр 2</b>   |  |                           |             |                          |     |  |  |
| Тема 1. Инструктаж по охране труда при проведении занятий по спортивным и подвижным играм. Сущность игры и правила соревнований. Судейство игры: жесты |  | 2                         |             |                          |     | 2  |  |
| Тема 2. Обучение и совершенствование техники стоек, перемещений  |  | 2                         |             |                          |     | 2  |  |
| Тема 3. Обучение и совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху   |  | 4                         |             |                          |     | 4  | КУ   |
| Тема 4. Обучение и совершенствование техники подачи волейбольного мяча   |  | 2                         |             |                          |     | 2  | КУ   |
| Тема 5. Обучение и совершенствование техники нападающего удара   |  | 4                         |             |                          |     | 4  | КУ   |
| Тема 6. Обучение и совершенствование техники приема мяча   |  | 4                         |             |                          |     | 4  | КУ   |
| Тема 7. Обучение и совершенствование техники блокирования  |  | 2                         |             |                          |     | 2  |  |

| Раздел, тема дисциплины  | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу и трудоемкость (в академ. часах) |                           |             |                          |     | Итого объем дисциплины (в академ. часах) | Формы текущего контроля и промежуточной аттестации |
|--|--|---------------------------|-------------|--------------------------|-----|--|--|
|  | Контактная работа  |                           |             |                          | СРС |  |  |
|  | Лекции   | Семинары (практ. занятия) | Лаб. работы | Другая контактная работа |     |  |  |
| Тема 8. Обучение индивидуальным, групповым и командным тактическим действиям в нападении и совершенствование в них                                     |  | 4                         |             |                          |     | 4  |  |
| Тема 9. Обучение индивидуальным, групповым и командным тактическим действиям в защите и совершенствование в них  |  | 4                         |             |                          |     | 4  |  |
| Тема 10. Общая физическая подготовка. Развитие физических качеств  |  | 6                         |             |                          |     | 6  | Т  |
| Промежуточная аттестация   |  |                           |             | 2                        |     | 2  | Зачет  |
| <b>Итого (во 2 семестре)</b>   |  | <b>34</b>                 |             | <b>2</b>                 |     | <b>36</b>                                |  |
| <b>Семестр 3</b>   |  |                           |             |                          |     |  |  |
| Тема 1. Инструктаж по охране труда при проведении занятий по спортивным и подвижным играм. Сущность игры и правила соревнований. Судейство игры: жесты |  | 2                         |             |                          |     | 2  |  |
| Тема 2. Обучение и совершенствование техники стоек, перемещений  |  | 4                         |             |                          |     | 4  |  |
| Тема 3. Обучение и совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху   |  | 8                         |             |                          |     | 8  | КУ   |
| Тема 4. Обучение и совершенствование техники подачи волейбольного мяча   |  | 8                         |             |                          |     | 8  | КУ   |
| Тема 5. Обучение и совершенствование техники нападающего удара   |  | 8                         |             |                          |     | 8  | КУ   |
| Тема 6. Обучение и совершенствование техники приема мяча   |  | 8                         |             |                          |     | 8  | КУ   |
| Тема 7. Обучение и совершенствование техники блокирования  |  | 8                         |             |                          |     | 8  |  |
| Тема 8. Обучение индивидуальным, групповым и   |  | 8                         |             |                          |     | 8  |  |

| Раздел, тема дисциплины  | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу и трудоемкость (в академ. часах) |                           |             |                          |     | Итого объем дисциплины (в академ. часах) | Формы текущего контроля и промежуточной аттестации |
|--|--|---------------------------|-------------|--------------------------|-----|--|--|
|  | Контактная работа  |                           |             |                          | СРС |  |  |
|  | Лекции   | Семинары (практ. занятия) | Лаб. работы | Другая контактная работа |     |  |  |
| командным тактическим действиям в нападении и совершенствование в них  |  |                           |             |                          |     |  |  |
| Тема 9. Обучение индивидуальным, групповым и командным тактическим действиям в защите и совершенствование в них  |  | 8                         |             |                          |     | 8  |  |
| Тема 10. Общая физическая подготовка. Развитие физических качеств  |  | 8                         |             |                          |     | 8  | Т  |
| Промежуточная аттестация   |  |                           |             | 2                        |     | 2  | Зачет  |
| <b>Итого (в 3 семестре)</b>  |  | <b>70</b>                 |             | <b>2</b>                 |     | <b>72</b>                                |  |
| <b>Семестр 4</b>   |  |                           |             |                          |     |  |  |
| Тема 1. Инструктаж по охране труда при проведении занятий по спортивным и подвижным играм. Сущность игры и правила соревнований. Судейство игры: жесты |  | 2                         |             |                          |     | 2  |  |
| Тема 2. Обучение и совершенствование техники стоек, перемещений  |  | 4                         |             |                          |     | 4  |  |
| Тема 3. Обучение и совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху   |  | 8                         |             |                          |     | 8  | КУ   |
| Тема 4. Обучение и совершенствование техники подачи волейбольного мяча   |  | 8                         |             |                          |     | 8  | КУ   |
| Тема 5. Обучение и совершенствование техники нападающего удара   |  | 8                         |             |                          |     | 8  | КУ   |
| Тема 6. Обучение и совершенствование техники приема мяча   |  | 8                         |             |                          |     | 8  | КУ   |
| Тема 7. Обучение и совершенствование техники блокирования  |  | 8                         |             |                          |     | 8  |  |
| Тема 8. Обучение индивидуальным, групповым и командным тактическим действиям в нападении и   |  | 10                        |             |                          |     | 10                                       |  |



| Раздел, тема дисциплины  | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу и трудоемкость (в академ. часах) |                           |             |                          |     | Итого объем дисциплины (в академ. часах) | Формы текущего контроля и промежуточной аттестации |
|--|--|---------------------------|-------------|--------------------------|-----|--|--|
|  | Контактная работа  |                           |             |                          | СРС |  |  |
|  | Лекции   | Семинары (практ. занятия) | Лаб. работы | Другая контактная работа |     |  |  |
| совершенствование в них  |  |                           |             |                          |     |  |  |
| Тема 9. Обучение индивидуальным, групповым и командным тактическим действиям в защите и совершенствование в них  |  | 8                         |             |                          |     | 8  |  |
| Тема 10. Общая физическая подготовка. Развитие физических качеств  |  | 10                        |             |                          |     | 10                                       | Т  |
| Промежуточная аттестация   |  |                           |             | 2                        |     | 2  | Зачет  |
| <b>Итого (в 4 семестре)</b>  |  | <b>74</b>                 |             | <b>2</b>                 |     | <b>76</b>                                |  |
| <b>Семестр 5</b>   |  |                           |             |                          |     |  |  |
| Тема 1. Инструктаж по охране труда при проведении занятий по спортивным и подвижным играм. Сущность игры и правила соревнований. Судейство игры: жесты |  | 2                         |             |                          |     | 2  |  |
| Тема 2. Обучение и совершенствование техники стоек, перемещений  |  | 4                         |             |                          |     | 4  |  |
| Тема 3. Обучение и совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху   |  | 8                         |             |                          |     | 8  | КУ   |
| Тема 4. Обучение и совершенствование техники подачи волейбольного мяча   |  | 8                         |             |                          |     | 8  | КУ   |
| Тема 5. Обучение и совершенствование техники нападающего удара   |  | 8                         |             |                          |     | 8  | КУ   |
| Тема 6. Обучение и совершенствование техники приема мяча   |  | 8                         |             |                          |     | 8  | КУ   |
| Тема 7. Обучение и совершенствование техники блокирования  |  | 8                         |             |                          |     | 8  |  |
| Тема 8. Обучение индивидуальным, групповым и командным тактическим действиям в нападении и совершенствование в них                                     |  | 8                         |             |                          |     | 8  |  |

| Раздел, тема дисциплины   | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу и трудоемкость (в академ. часах) |                           |             |                          |     | Итого объем дисциплины (в академ. часах) | Формы текущего контроля и промежуточной аттестации |
|---|--|---------------------------|-------------|--------------------------|-----|--|--|
|   | Контактная работа  |                           |             |                          | СРС |  |  |
|   | Лекции   | Семинары (практ. занятия) | Лаб. работы | Другая контактная работа |     |  |  |
| Тема 9. Обучение индивидуальным, групповым и командным тактическим действиям в защите и совершенствование в них |  | 8                         |             |                          |     | 8  |  |
| Тема 10. Общая физическая подготовка. Развитие физических качеств   |  | 8                         |             |                          |     | 8  | Т  |
| Промежуточная аттестация  |  |                           |             | 2                        |     | 2  | Зачет  |
| <b>Итого (в 5 семестре)</b>   |  | <b>70</b>                 |             | <b>2</b>                 |     | <b>72</b>                                |  |
| <b>Итого</b>  |  | <b>318</b>                |             | <b>10</b>                |     | <b>328</b>                               |  |

#### Заочная форма обучения

| Раздел, тема дисциплины  | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу и трудоемкость (в академ. часах) |                           |             |                          |     | Итого объем дисциплины (в академ. часах) | Формы текущего контроля и промежуточной аттестации |
|--|--|---------------------------|-------------|--------------------------|-----|--|--|
|  | Контактная работа  |                           |             |                          | СРС |  |  |
|  | Лекции   | Семинары (практ. занятия) | Лаб. работы | Другая контактная работа |     |  |  |
| Тема 1. Инструктаж по охране труда при проведении занятий по спортивным и подвижным играм. Сущность игры и правила соревнований. Судейство игры: жесты |  | 1                         |             |                          | 26  | 27                                       | Р  |
| Тема 2. Обучение и совершенствование техники стоек, перемещений  |  |                           |             |                          | 30  | 30                                       | Р  |
| Тема 3. Обучение и совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху   |  |                           |             |                          | 34  | 34                                       | Р  |
| Тема 4. Обучение и совершенствование техники подачи волейбольного мяча   |  |                           |             |                          | 34  | 34                                       | Р  |
| Тема 5. Обучение и совершенствование техники нападающего удара   |  |                           |             |                          | 34  | 34                                       | Р  |
| Тема 6. Обучение и совершенствование техники   |  |                           |             |                          | 30  | 30                                       | Р  |

| Раздел, тема дисциплины  | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу и трудоемкость (в академ. часах) |                           |             |                          |            | Итого объем дисциплины (в академ. часах) | Формы текущего контроля и промежуточной аттестации |
|--|--|---------------------------|-------------|--------------------------|------------|--|--|
|  | Контактная работа  |                           |             |                          | СРС        |  |  |
|  | Лекции   | Семинары (практ. занятия) | Лаб. работы | Другая контактная работа |            |  |  |
| приема мяча  |  |                           |             |                          |            |  |  |
| Тема 7. Обучение и совершенствование техники блокирования  |  |                           |             |                          | 30         | 30                                       | Р  |
| Тема 8. Обучение индивидуальным, групповым и командным тактическим действиям в нападении и совершенствование в них |  |                           |             |                          | 30         | 30                                       | Р  |
| Тема 9. Обучение индивидуальным, групповым и командным тактическим действиям в защите и совершенствование в них    |  |                           |             |                          | 30         | 30                                       | Р  |
| Тема 10. Общая физическая подготовка. Развитие физических качеств  |  | 1                         |             |                          | 30         | 31                                       | Р  |
| Промежуточная аттестация   |  |                           |             |                          | 18         | 18                                       | Зачет  |
| <b>Итого</b>   |  | <b>2</b>                  |             |                          | <b>326</b> | <b>328</b>                               |  |

### Содержание дисциплины «Волейбол»

Тема 1. Инструктаж по охране труда при проведении занятий по спортивным и подвижным играм. Сущность игры и правила соревнований. Судейство игры: жесты

Правила соревнований: сущность игры, регламент игры, размер площадки, название линий, высота сетки, команда волейболистов, расстановка игроков. Судейская бригада и ее функции.

Тема 2. Обучение и совершенствование техники: стоек и перемещений игрока.

Стойки: устойчивая, основная, неустойчивая; высокая, средняя, низкая. Перемещения осуществляются следующими способами: ходьба, бег, скачок, прыжок. Ходьба пригибным шагом, приставным шагом, скрестным шагом. Бег с изменением направления и остановками, бег лицом вперед, бег спиной вперед, бег приставным и скрестным шагом.

Тема 3. Обучение и совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху.

Передачи мяча над собой, на стенке, в парах, в тройках, в квадратах, через сетку, после перемещения и остановки, во встречных колоннах, в прыжке, передача мяча сверху двумя руками назад. Игровые задания. Учебные игры.

Тема 4. Обучение и совершенствование техники подачи волейбольного мяча.

Прямая нижняя и верхняя подачи мяча: с места, подача мяча в стену, подача в парах, подача с уменьшенного расстояния, через сетку из-за лицевой линии, в правую левую половину площадки, в заданную часть площадки зоны 1,5,6. Верхняя прямая подача после перемещения, в прыжке. Игровые задания. Учебные игры.

Тема 5. Обучение и совершенствование техники нападающего удара.

Нападающий удар с места и с разбега. Нападающий удар с собственного подбрасывания, в парах, нападающий удар с подбрасывания мяча партнером из 4 и 2 зон, при встречных передачах. Прямой нападающий удар с переводом правой, левой рукой. Боковой нападающий удар. Игровые

задания. Учебные игры.

Тема 6. Обучение и совершенствование техники приема мяча.

Прием мяча двумя руками сверху, двумя руками снизу и одной рукой снизу. Прием мяча с места и после перемещения, в падении (на спину, бедро-спину, грудь). Прием мяча в парах на расстоянии 6-9м без сетки. Прием мяча, отскочившего от сетки, любым способом, после броска, или нападающего удара партнера, расположенного сбоку, или за спиной занимающегося. Игровые задания. Учебные игры.

Тема 7. Обучение и совершенствование техники блокирования.

Одиночный неподвижный блок. Подвижный блок с перемещением влево и вправо. Постановка блока в разных зонах нападения с перемещением одиночный и группой. Игровые задания. Учебные игры.

Тема 8. Обучение индивидуальным, групповым и командным тактическим действиям в нападении и совершенствование в них.

Индивидуальные действия в нападении: выбор места, подача мяча, тактика передач, нападающий удар. Групповые действия: передачи мяча диагональные, продольные, поперечные. Командные действия: система игры со второй передачи при двух нападающих; система игры со второй передачи выходящего игрока задней линии при трех нападающих; система игры с первой передачи при трех нападающих. Игровые задания. Комбинированные упражнения. Учебные игры.

Тема 9. Обучение индивидуальным, групповым и командным тактическим действиям в защите и совершенствование в них.

Индивидуальные действия в защите: правильный выбор места при приеме мяча с подач, при приеме нападающих и обманных ударов и в индивидуальной тактике блокирования. Групповые действия – взаимодействие игроков защиты, осуществляемые при приеме мячей, блокировании и страховке. Командные действия: система углом вперед и углом назад. Игровые задания. Комбинированные упражнения. Учебные игры.

Тема 10. Общая физическая подготовка. Развитие физических качеств.

Развивать быстроту реакции, скорость передвижения, прыгучесть, ловкость, силу, общую и специальную выносливость.

## **5 Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся**

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся содержится в методических указаниях (Приложение 1) и фонде оценочных средств (Приложение 2) по дисциплине «Волейбол», доступ к которым открыт на официальном сайте института.

## **6 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины**

Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Волейбол» содержится в Приложении 2 к рабочей программе дисциплины, доступ к которому открыт на официальном сайте института.

## **7 Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины**

### **7.1 Основная учебная литература**

1. Небытова, Л.А. Физическая культура : учебное пособие : [16+] / Л.А. Небытова, М.В. Катренко, Н.И. Соколова ; Министерство образования и науки РФ, Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2017. – 269 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483844>. – Библиогр.: с. 263-267. – Текст : электронный.

2. Физическая культура : учебник : [16+] / Л.В. Захарова, Н.В. Люлина, М.Д. Кудрявцев и др. ; Сибирский Федеральный университет, Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева, Сибирский государственный университет науки и технологий им. акад. М. Ф. Решетнёва, Сибирский юридический институт МВД России. – Красноярск : СФУ,

2017. – 612 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497151>. – Библиогр.: с. 608-609. – ISBN 978-5-7638-3640-0. – Текст : электронный.

3. Физическая культура и спорт в вузе : учебное пособие : [16+] / А.В. Завьялов, М.Н. Абраменко, И.В. Щербаков, И.Г. Евсеева. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 106 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572425>. – ISBN 978-5-4499-0718-9. – Текст : электронный.

## **7.2 Дополнительная учебная литература**

1. Астахова, М.В. Волейбол : учебно-методическое пособие : [16+] / М.В. Астахова, В.Ф. Стрельченко, Д.П. Крахмалев. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 132 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=426425>. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4475-4904-6. – DOI 10.23681/426425. – Текст : электронный.

2. Вайнбаум, Я.С. Гигиена физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по спец. 033100 – Физическая культура. / Я.С. Вайнбаум; В.И. Коваль; Т.А. Родионова; УМО. – Москва: Academia, 2003. – 234с. – (Высшее образование). – ISBN 5-7695-1564-3. – Текст: непосредственный.

3. Волейбол: теория и практика : [12+] / под общ. ред. В.В. Рыцарева ; худож. Е. Ильин. – Москва : Спорт, 2016. – 456 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430479>. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-9906734-7-2. – Текст : электронный.

4. Григорьева, И.В. Физическая культура. Основы спортивной тренировки : учебное пособие : [16+] / И.В. Григорьева, Е.Г. Волкова, Ю.С. Водолазов. – Воронеж : Воронежская государственная лесотехническая академия, 2012. – 87 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=142220>. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7994-0518-2. – Текст : электронный.

5. Жуков, Р.С. Основы спортивной тренировки : учебное пособие / Р.С. Жуков ; Министерство образования и науки РФ, Кемеровский государственный университет. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. – 110 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278415>. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8353-1717-2. – Текст : электронный.

6. Коваль, Л.Н. Методико-практические занятия по дисциплине «Физическая культура» : учебно-методическое пособие : [16+] / Л.Н. Коваль, А.В. Коваль. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 97 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=426469>. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4475-4894-0. – DOI 10.23681/426469. – Текст : электронный.

7. Коваль, Л.Н. Методико-практические занятия по дисциплине «Физическая культура» : учебно-методическое пособие : [16+] / Л.Н. Коваль, А.В. Коваль. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 143 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=426533>. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4475-4895-7. – DOI 10.23681/426533. – Текст : электронный.

8. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): Учеб. для ин-тов физ.культуры / Л.П. Матвеев. - Москва: Физкультура и спорт, 1991. - 543с., ил. – ISBN 5-278-00326-X. - Текст: непосредственный.

9. Основы обучения технике игры в волейбол : учебное пособие / А.А. Гераськин, Б.П. Сокур, И.А. Рогов, Т.А. Колупаева ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. – 280 с. : схем., табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=336072>. – Библиогр.: с. 274-276. – Текст : электронный.

10. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения: учебник для студ. вузов, обуч. по спец. 033100-Физич. культура / под ред.: Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. - 2-е изд., стереотип. - М.: Academia, 2004. - 518 с.: ил. - (Высшее профессиональное образование). - ISBN 5-7695-1749-2. - Текст: непосредственный.

11. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник : [12+] / авт.-сост. О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев ; под общ. ред. С.П. Евсеева. – Москва : Спорт, 2016. – 385 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461367>. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-906839-18-3. – Текст : электронный. (Рекомендовано Учебно-методическим объединением высших учебных заведений Российской Федерации по образованию в области народной художественной культуры, социально-культурной деятельности и информационных ресурсов в качестве учебника для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлениям 49.03.02 - «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», 49.04.02 - «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», 49.02.02 - «Адаптивная физическая культура»).

12. Физическая культура студента: учебник для студентов вузов./ под ред. В.И. Ильинича; М-во образования РФ. - Москва: Гардарики, 2003. – 447с. - (Disciplinae). - ISBN 5-8297-0010-7. - Текст: непосредственный.

13. Физическая культура студентов специального учебного отделения : учебное пособие / Л.Н. Гелецкая, И.Ю. Бирдигулова, Д.А. Шубин, Р.И. Коновалова ; Сибирский Федеральный университет. – Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2014. – 219 с. : табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364606>. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7638-2997-6. – Текст : электронный.

14. Холодов Ж.К., Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений физич. культуры / Ж. К. Холодов; В. С. Кузнецов; М-во РФ по физич. культуре, спорту и туризму. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: Academia, 2003. - 479 с. - ISBN 5-7695-0853-1. - Текст: непосредственный.

### **Нормативно-правовые акты**

1. Российская Федерация. Законы. О физической культуре и спорте в Российской Федерации: Федеральный закон от 04.12.2007 N 329-ФЗ. – Текст: электронный // Некоммерческие интернет-версии системы КонсультантПлюс. – URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_73038/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_73038/).

2. Российская Федерация. Законы. Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации: Федеральный закон от 21.11.2011 N 323-ФЗ. – Текст: электронный // Некоммерческие интернет-версии системы КонсультантПлюс. – URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_121895/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_121895/).

3. Российская Федерация. Постановления. Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО): Постановление Правительства РФ от 11.06.2014 N 540. Текст: электронный // Некоммерческие интернет-версии системы КонсультантПлюс. – URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_164253/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_164253/).

4. Российская Федерация. Приказы. Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО): Приказ Минспорта РФ от 12.09.2019 N 90. – Текст: электронный // Некоммерческие интернет-версии системы КонсультантПлюс. – URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_320173/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_320173/).

### **7.3 Периодическая литература**

1. Вестник ВИЭПП: научный журнал / учред. и изд. Волжский институт экономики, педагогики и права (Волжский) ; главный редактор Виноградов В.В. ; редакционный совет: Г.Ф. Ушамирская [и др.]. – 2018. –Волжский, 2021. – Издается 2 раза в год. – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей. – URL: [https://www.elibrary.ru/title\\_about\\_new.asp?id=69901](https://www.elibrary.ru/title_about_new.asp?id=69901) . – Текст : электронный.

2. Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта / гл. ред. В.А. Таймазов ; учред.– Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург: 2021. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://elibrary.ru/contents.asp?id=34078566>. –ISSN 1994-4683 (Print). - ISSN 2308-1961 (Online). – Текст : электронный.

## **8 Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети Интернет и информационных технологий, необходимых для освоения дисциплины**

1. eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека : сайт. - Москва, 2000 -. - URL: <https://elibrary.ru>. - Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

2. ONLINE.VIEPP.RU: сайт / МБОУ «Волжский институт экономики, педагогики и права». – Волжский, 2020 - . – Режим доступа: <https://online.viepp.ru/>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

3. Волжский институт экономики, педагогики и права : сайт / МБОУ «Волжский институт экономики, педагогики и права». – Волжский, 2006 - . – Обновляется в течение суток. – Режим доступа: <http://www.viepp.ru/>. – Текст : электронный.

4. ГТО – официальный сайт общественного движения: сайт/ автономная некоммерческая организация «ДИРЕКЦИЯ СПОРТИВНЫХ И СОЦИАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ», 2020 - . - Обновляется в течение суток. – Режим доступа: URL: <https://www.gto.ru/>. - Текст : электронный.

5. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов : сайт. - Москва, 2005 - . - Обновляется в течение суток. – URL: <http://school-collection.edu.ru>. - Текст : электронный.

6. Единое окно доступа к образовательным ресурсам: федеральный портал : сайт. - Москва, 2020 - . - Обновляется в течение суток. - URL: <http://window.edu.ru>. – Текст : электронный.

7. КиберЛенинка: научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2020 - . Обновляется в течение суток. - URL: <https://cyberleninka.ru>. - Текст : электронный.

8. Некоммерческая интернет-версия системы КонсультантПлюс : сайт». - Москва, 1997 - . - Обновляется в течение суток. - URL: <http://www.consultant.ru/online>. - Текст : электронный.

9. Правовой портал ГАРАНТ.РУ : сайт / Учредитель ООО «НПП «Гарант-Сервис». - Москва, 2014 - . - Обновляется в течение суток. - URL: <http://www.garant.ru>. - Текст : электронный.

10. Федеральный портал «Российское образование» : сайт / Учредитель ФГАОУ ДПО ЦРГОП и ИТ. - Москва, 2002 - . - Обновляется в течение суток. - URL: <http://www.edu.ru>. – Текст : электронный.

11. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов : сайт. - Москва, 2020 - . - Обновляется в течение суток. - URL: <http://fcior.edu.ru>. – Текст : электронный.

12. Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» : сайт / Учредитель ИД «Первое сентября». - Москва, 2020 - . - Обновляется в течение суток. - URL: <http://urok.1sept.ru>. – Текст : электронный.

13. Электронная библиотечная система «Университетская библиотека online» : сайт / Директ-Медиа. - Москва : Директ-Медиа, 2006 - . - URL: <http://biblioclub.ru>. - Режим доступа: по подписке. - Текст : электронный.

## **Перечень программного обеспечения**

1. Microsoft Office Standard 2016 (договор ООО «Компьютерные Информационные Системы» от 01.12.2015 N КИС-485-2015, OPEN 93740388ZZE1606 2014-06-25).

2. Microsoft Windows 10 Pro (договор ООО «Компьютерные Информационные Системы»от 01.12.2015 N КИС-485-2015, от 31.08.2017 N КИС-519-2017, от 21.11.2017 N КИС-837-2017, OPEN 98108561ZZE1903 2017-03-03, от 30.01.2020 N КИС-128-2020).

3. Microsoft Windows 8.1 (договор ООО «Компьютерные Информационные Системы» от 22.04.2015 N КИС-122-2015, OPEN 93740388ZZE1606 2014-06-25).

4. Microsoft Windows Multipoint Server Premium 2012 (договор ООО «Компьютерные Информационные Системы» от 29.11.2012 N КИС-225-2012, OPEN 91258913ZZE1412 2012-12-05).

5. Microsoft Windows Server – Standard 2012 (договор ООО «Компьютерные Информационные Системы» от 29.11.2012 N КИС-225-2012, OPEN 91258913ZZE1412 2012-12-05).

6. Microsoft Windows Server Standard Core 2016 (договор ООО «Компьютерные Информационные Системы» от 28.02.2017N КИС-087-2017OPEN 98108561ZZE1903 2017-03-03).

7. АИБС «МАРК-SQL» (версия 1.8 / ЗАО НПО «Информ-Система», договор N 18/2004-М от 18.02.2005, Лицензионное соглашение на использование АИБС «МАРК SQL 1.8» N 100320050303 от 10.03.2005).

8. Справочная правовая система (СПС) КонсультантПлюс (обновляется постоянно, договор от 11.01.2021 N 2-К).

#### **Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем**

1. АИБС «МАРК-SQL» (база данных на 01.01.2021).

2. Справочная правовая система (СПС) КонсультантПлюс (обновляется постоянно).

#### **9 Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

Для освоения данной дисциплины требуется спортивная площадка, волейбольная площадка, спортивный зал, тренажерные залы, спортивный инвентарь и оборудование.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся должны быть оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду института.