

АННОТАЦИЯ рабочей программы дисциплины

Б1.В.1.ДВ.06 ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

Направление подготовки – 44.03.05 Педагогическое образование
(с двумя профилями подготовки)

Объем трудоемкости:

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 328 часов

Цель освоения дисциплины.

Целью освоения дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины

В соответствие с этим ставятся следующие задачи дисциплины:

- сформировать у студентов мотивационно-целостное отношение к физической культуре, установку на здоровый образ жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- развивать у студентов знания по теории, истории и методике физической культуры на основе инновационных технологий обучения;
- обучить студентов практическим умениям и навыкам, занятий различными видами спорта, современными двигательными и оздоровительными системами;
- сформировать у студентов готовность применять спортивные и оздоровительные технологии для достижения высокого уровня физического здоровья и поддержания его в процессе обучения в вузе, дальнейшей профессиональной деятельности;
- развивать у студентов индивидуально-психологические и социально-психологические качества и свойства личности, необходимые для успешной учебной и профессиональной деятельности.

Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» относится к части дисциплин, формируемая участниками образовательных отношений, является дисциплиной по выбору.

Для освоения дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» студенты используют знания, умения, навыки, сформированные в ходе изучения следующих дисциплин: «Возрастная анатомия, физиология и гигиена». Знания, умения и навыки, полученные в процессе освоения дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту», необходимы для, для прохождения ознакомительной, учебной практики, производственной (педагогической) практики.

Требования к уровню освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование универсальной компетенции УК–7 – Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Основные разделы дисциплины.

1 семестр: Вводное занятие. История и развитие волейбола в России. Правила соревнований. Правила безопасности при проведении занятий. Основы техники перемещения на площадке, стойки. Обучение техники передач. Обучение техники подач. Воспитание специальных двигательных качеств волейболистов, как предпосылки для успешного овладения техникой.

2 семестр: Обучение техники верхней прямой подачи по зонам. Обучение игровому взаимодействию в защите. Обучение игровому взаимодействию в нападении. Обучение одиночному блокированию. Обучение групповому блокированию. Воспитание специальных двигательных качеств волейболистов, как предпосылки для успешного овладения техникой.

3 семестр: Обучение технике прямого нападающего удара. Обучение верхней прямой подачи в прыжке по зонам. Закрепление техники передач. Обучение техники приема мяча снизу, сверху. Воспитание специальных двигательных качеств волейболистов, как предпосылки для успешного овладения техникой.

4 семестр: Прием мяча в верхней передаче, от сетки. Сочетание способов перемещений. Прием мяча в нижней передаче от сетки. Чередование способов передачи мяча. Блокирование ударов с задней линии. Закрепление техники прямого нападающего удара

Закрепление техники группового блокирования. Воспитание специальных двигательных качеств волейболистов, как предпосылки для успешного овладения техникой.

5 семестр: Закрепление техники верхней прямой подачи. Совершенствование техники передач. Совершенствование техники игры в нападении. Совершенствование техники игры в защите. Воспитание специальных двигательных качеств волейболистов, как предпосылки для успешного овладения техникой.

6 семестр: Сочетание одиночного и группового блокирования. Совершенствование техники нападающего удара. Совершенствование техники верхней прямой подачи. Совершенствование техники приема мяча снизу, сверху. Взаимодействие игроков передней и задней линии. Совершенствование общей и специальной физической подготовки.

Курсовые работы: не предусмотрена

Форма проведения аттестации по дисциплине: зачет в 1–6 семестрах

Автор: Полянская С.Б., ст.преподаватель кафедры профессиональной педагогики, психологии и физической культуры