

## Аннотация рабочей программы дисциплины

### Б1.В.1.ДВ.04.02 «Волейбол»

#### Цели и задачи изучения дисциплины

##### Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (волейбол)» 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

Изучение дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (волейбол)» направлена на формирование у студентов компетенции УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. В соответствии 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 (Волейбол)» относится к части дисциплин, формируемая участниками образовательных отношений, является дисциплиной по выбору.

Для освоения дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (Волейбол)» студенты используют знания, умения, навыки, сформированные в ходе изучения следующих дисциплин: «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», «Теория и методика гимнастики», «Теория и методика подвижных игр», «Безопасность

жизнедеятельности». Знания, умения и навыки, полученные в процессе освоения дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (Волейбол)», необходимы для изучения дисциплины «Теория и методика спортивных игр», для прохождения ознакомительной, учебной практики, производственной (педагогической) практики.

##### Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми

##### результатами освоения образовательной программы

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

| Код и наименование индикатора | Результаты обучения по дисциплине ( <i>знает, умеет, владеет (навыки и/или опыт деятельности)</i> )                                      |
|-------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-7                          | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности |

|                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ИУК-7.1. Понимает влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний | <p>Знает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности;</p> <p>Умеет планировать свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| ИУК-7.2. Выполняет индивидуально подобранные комплексы оздоровительной или адаптивной физической культуры                                 | <p>Знает научно-практические основы физической культуры, спорта, здорового образа жизни;</p> <p>Умеет выполнять программные упражнения и нормативы по физической культуре, применять все формы и средства организации и проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий, проводить самостоятельную физическую тренировку и использовать методы самоконтроля за своим физическим состоянием;</p> <p>Владеет системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование способностей и качеств способствующих приобретению личного опыта использования физкультурно-спортивной деятельности</p> |

### Структура и содержание дисциплины

#### Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 328 часов, их распределение по видам работ представлено в таблице (для студентов ОФО).

| Вид учебной работы                                         | Всего часов | Семестры (часы) |    |    |    |
|------------------------------------------------------------|-------------|-----------------|----|----|----|
|                                                            |             | 1               | 2  | 3  | 4  |
| <b>Контактная работа, в том числе:</b>                     |             |                 |    |    |    |
| Аудиторные (всего):                                        |             |                 |    |    |    |
| Занятия лекционного типа                                   |             |                 |    |    |    |
| Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия) | 124         | 34              | 30 | 30 | 30 |
| Лабораторные занятия                                       |             |                 |    |    |    |
| <b>Иная контактная работа:</b>                             |             |                 |    |    |    |
| Контроль самостоятельной работы (КСР)                      |             |                 |    |    |    |
| Промежуточная аттестация (ИКР)                             |             |                 |    |    |    |
| <b>Самостоятельная работа, в том числе:</b>                |             |                 |    |    |    |
| Курсовая работа                                            |             |                 |    |    |    |
| Проработка учебного (теоретического) материала             | 204         | 48              | 52 | 52 | 52 |
| Выполнение индивидуальных заданий                          |             |                 |    |    |    |
| Подготовка к текущему контролю                             |             |                 |    |    |    |
| Контроль:                                                  |             |                 |    |    |    |
| Подготовка к экзамену:                                     |             |                 |    |    |    |
| Общая трудоемкость час                                     | 328         | 82              | 82 | 82 | 82 |

|  |                                  |     |    |    |    |    |
|--|----------------------------------|-----|----|----|----|----|
|  | В том числе<br>контактная работа | 124 | 48 | 52 | 52 | 52 |
|  | Зач. ед.                         | -   | -  | -  | -  | -  |

**Курсовые работы** не предусмотрены учебным планом.

**Форма проведения** промежуточной аттестации по дисциплине: зачет

**Аннотацию составил:** преподаватель кафедры профессиональной педагогики, психологии и физической культуры Цуркан В.В.