

## **АННОТАЦИЯ рабочей программы дисциплины**

### **Б1.В.1.ДВ.09.02 ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ (ВОЛЕЙБОЛ)**

Направление подготовки – 44.03.02 Психолого-педагогическое образование ЗФО

Направленность (профиль) – Психология и социальная педагогика

#### **Объем трудоемкости:**

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 328 часов

#### **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**

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 (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.

## **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 курс:** 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. 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.

**2 курс:** 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. 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.

**3 курс:** 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.

**4 курс:** 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:** не предусмотрена

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