

## **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  
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 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