

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ (ВОЛЕЙБОЛ)

1. Цель и задачи освоения дисциплины

1.1 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.

1.2 Задачи дисциплины

Изучение дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (волейбол)» направлена на формирование у студентов компетенции ОК–8 (готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность). 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.

1.3 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» относится к вариативной части Блока 1. Дисциплины (модули).

Для освоения дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» студенты используют знания, умения, навыки, сформированные в ходе изучения следующих дисциплин: «Анатомия», «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», необходимы для изучения дисциплины «Теория и методика спортивных игр», для прохождения учебной практики, производственной (педагогической) практики Блока 2. Практики.

1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование общекультурной компетенции ОК–8 – готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность.

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
1	ОК–8	готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	– особенности своего физического здоровья и способы его сохранения и укрепления.	– проводить самодиагностику уровня своей физической подготовки, следовать рекомендациям специалистов по вопросам оздоровления.	– способами сохранения и укрепления здоровья, повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья, обеспечения полноценной деятельности.

2. Структура и содержание дисциплины

2.1 Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ

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

Вид учебной работы	Всего часов	Курс (часы)	
		1	2
Контактная работа, в том числе:			
Аудиторные (всего):			
Занятия лекционного типа			
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)			
Лабораторные занятия			
Иная контактная работа:			
Контроль самостоятельной работы (КСР)			
Промежуточная аттестация (ИКР)			
Самостоятельная работа, в том числе			
Курсовая работа			

Проработка учебного материала		328	164	164
Выполнение индивидуальных заданий				
Подготовка к текущему контролю				
Контроль:				
Подготовка к экзамену				
Общая трудо- емкость	час.	328	164	164
	в том числе контактная работа зач. ед			

2.2 Структура дисциплины

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.
Разделы дисциплины, изучаемые в 1–2 курс (*заочная форма*)

№	Наименование разделов	Всего	Количество часов			
			Аудиторная работа			Внеаудитор- ная работа
			ЛК	ПЗ	ЛР	СР
1	2	3	4	5	6	7
1 курс						
1	Вводное занятие. История и развитие волейбола в России. Правила соревнований. Правила безопасности при проведении занятий.	10				10
2	Основы техники перемещения на площадке, стойки.	10				10
3	Обучение техники передач.	10				10
4	Обучение техники подач.	10				10
5	Воспитание специальных двигательных качеств волейболистов, как предпосылки для успешного овладения техникой.	10				10
6	Обучение техники верхней прямой подачи по зонам.	10				10
7	Обучение игровому взаимодействию в защите	10				10
8	Обучение игровому взаимодействию в нападении	10				10
9	Обучение одиночному блокированию	10				10

10	Обучение групповому блокированию	10				10
11	Воспитание специальных двигательных качеств волейболистов, как предпосылки для успешного овладения техникой.	10				10
12	Обучение технике прямого нападающего удара	10				10
13	Обучение верхней прямой подачи в прыжке по зонам.	10				10
14	Закрепление техники передач	10				10
15	Обучение техники приема мяча снизу, сверху	10				10
16	Воспитание специальных двигательных качеств волейболистов, как предпосылки для успешного овладения техникой.	14				14
	Итого :	164				164
2 курс						
1	Прием мяча в верхней передаче, от сетки.	10				10
2	Сочетание способов перемещений. Прием мяча в нижней передаче от сетки.	10				10
3	Чередование способов передачи мяча. Блокирование ударов с задней линии.	10				10
4	Закрепление техники прямого нападающего удара	10				10
5	Закрепление техники группового блокирования	10				10
6	Воспитание специальных двигательных качеств волейболистов, как предпосылки для успешного овладения техникой.	10				10
7	Закрепление техники верхней прямой подачи	10				10
8	Совершенствование техники передач	10				10
9	Совершенствование техники игры в нападении.	10				10
10	Совершенствование техники игры в защите	10				10
11	Воспитание специальных двигательных качеств волейболистов, как предпосылки для успешного овладения техникой.	10				10
12	Сочетание одиночного и группового блокирования.	10				10
13	Совершенствование техники нападающего удара.	10				10
14	Совершенствование техники верхней прямой подачи	10				10

15	Совершенствование техники приема мяча снизу, сверху	10				10
16	Взаимодействие игроков передней и задней линии.	10				10
17	Совершенствование общей и специальной физической подготовки.	4				4
	Итого	164				164
	Итого по дисциплине	328				328

Примечание: ЛК – лекции, ПЗ – практические занятия / семинары, ЛР – лабораторные занятия, СР – самостоятельная работа студента.

3. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины.

3.1 Основная литература:

1. Фомин, Е.В. Волейбол: начальное обучение : учебное пособие / Е.В. Фомин, Л.В. Булькина. - Москва : Спорт, 2015. - 88 с. : ил. - (Спорт в школе). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-9906578-2-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430415>

2. Тычинин, Н.В. Элективные курсы по физической культуре и спорту : учебное пособие / Н.В. Тычинин ; Министерство образования и науки РФ, Воронежский государственный университет инженерных технологий. - Воронеж : Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2017. - 65 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-00032-250-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=482033>

3.2. Дополнительная литература:

1 Физическая культура : учебник / Л.В. Захарова, Н.В. Люлина, М.Д. Кудрявцев и др. ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет, Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева, Сибирский государственный университет науки и технологий им. акад. М. Ф. Решетнёва и др. - Красноярск : СФУ, 2017. - 612 с. : ил. - Библиогр.: с. 608 - 609 - ISBN 978-5-7638-3640-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497151>

2 Астахова, М.В. Волейбол : учебно-методическое пособие / М.В. Астахова, В.Ф. Стрельченко, Д.П. Крахмалев. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 132 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-4904-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=426425> Губа, В. Методология подготовки юных футболистов : учебно-методическое пособие / В. Губа, А. Стула. - Москва : Спорт : Человек, 2015. - 185 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-906131-55-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=460604>

3 Чеснова, Е.Л. Физическая культура : учебное пособие / Е.Л. Чеснова. - Москва : Директ-Медиа, 2013. - 160 с. - ISBN 978-5-4458-3076-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210945>

4 Манжелей, И.В. Физическая культура: компетентностный подход / И.В. Манжелей, Е.А. Симонова. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 183 с. : ил. - ISBN 978-5-4475-5233-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364912>

3.3. Периодические издания:

- 1 Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – URL: <https://cyberleninka.ru/journal/n/uchenye-zapiski-universiteta-im-p-f-lesgafta> .
- 2 Теория и практика физической культуры. _____ – URL: <https://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1357706> .
- 3 Адаптивная физическая культура. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1371600> .
- 4 Игра и дети. – URL: <http://dlib.eastview.com/browse/publication/19026/udb/1270> .
- 5 Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Образование, здравоохранение, физическая культура. – URL: https://e.lanbook.com/journal/2551#journal_name .
- 6 Культура физическая и здоровье. – URL: https://e.lanbook.com/journal/2337#journal_name .
- 7 Физическая культура, спорт – наука и практика. – URL: https://e.lanbook.com/journal/2290#journal_name .
- 8 Физическое воспитание и спортивная тренировка. – URL: https://e.lanbook.com/journal/2694#journal_name; <http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=51013> .
- 9 Физическая культура и спорт в современном мире [Электронный ресурс]. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=50822> .
- 10 Физическая культура, спорт и здоровье [Электронный ресурс]. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=51351> .
- 11 Физическое воспитание студентов [Электронный ресурс]. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=28661> .

4. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», в том числе современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы, необходимые для освоения дисциплины

1. ЭБС «**Университетская библиотека ONLINE**» [учебные, научные издания, первоисточники, художественные произведения различных издательств; журналы; мультимедийная коллекция: аудиокниги, аудиофайлы, видеокурсы, интерактивные курсы, экспресс-подготовка к экзаменам, презентации, тесты, карты, онлайн-энциклопедии, словари] : сайт. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red .
2. ЭБС издательства «Лань» [учебные, научные издания, первоисточники, художественные произведения различных издательств] : сайт. – URL: <http://e.lanbook.com> .
3. ЭБС «Юрайт» [раздел «ВАША ПОДПИСКА: Филиал КубГУ (г. Славянск-на-Кубани): учебники и учебные пособия издательства «Юрайт»] : сайт. – URL: <https://www.biblio-online.ru/catalog/E121B99F-E5ED-430E-A737-37D3A9E6DBFB> .
4. ЭБС «Znanium.com» [учебные, научные, научно-популярные материалы различных издательств, журналы] : сайт. – URL: <http://znanium.com/> .
5. Научная электронная библиотека. Монографии, изданные в издательстве Российской Академии Естествознания [полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: <https://www.monographies.ru/> .
6. Научная электронная библиотека статей и публикаций «eLibrary.ru» : российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины, образования [5600 журналов, в открытом доступе – 4800] : сайт. – URL: <http://elibrary.ru> .
7. БД компании «Ист Вью»: Журналы России по вопросам педагогики и образования. - URL: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/1270> .
8. КиберЛенинка : научная электронная библиотека [научные журналы в полнотекстовом формате свободного доступа] : сайт. – URL: <http://cyberleninka.ru> .

9. **Энциклопедиум** [Энциклопедии. Словари. Справочники : полнотекстовый ресурс свободного доступа] // ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» : сайт. – URL: <http://enc.biblioclub.ru/>.
10. **Электронный каталог Кубанского государственного университета и филиалов.** – URL: <http://212.192.134.46/MegaPro/Web/Home/About>.
11. Справочно-правовая система «Консультант Плюс» : сайт. – URL: <http://www.consultant.ru> (доступ в локальной сети филиала).
12. Федеральный центр образовательного законодательства : сайт. – URL: <http://www.lexed.ru>.
13. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования. – URL: <http://www.fgosvo.ru>.
14. Единое окно доступа к образовательным ресурсам : федеральная информационная система свободного доступа к интегральному каталогу образовательных интернет-ресурсов и к электронной библиотеке учебно-методических материалов для всех уровней образования [дошкольное, общее, среднее профессиональное, высшее, дополнительное] : сайт. – URL: <http://window.edu.ru>.
15. БД компании «Ист Вью»: Журналы России по вопросам педагогики и образования. – URL: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/1270>
16. Федеральный научный центр физической культуры и спорта. – URL: http://vniifk.ru/about_vniifk.php
17. Физическая культура и спорт // Министерство спорта Российской Федерации. – URL: <https://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/>
18. ГТО. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» : официальный сайт. – URL: <https://user.gto.ru/>
19. Scopus : международная реферативная и справочная база данных цитирования рецензируемой литературы [научные журналы, книги, материалы конференций] (интерфейс – русскоязычный, публикации – на англ. яз.) : сайт. – URL: <https://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic>.
20. Научная педагогическая электронная библиотека [сетевая информационно-поисковая система Российской академии образования, многофункциональный полнотекстовый ресурс свободного доступа]. – URL: <http://elib.gnpbu.ru/>.