

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 ОФО).

Вид учебной работы	Все-го часов	Семестры (часы)					
		1	2	3	4	5	6
Контактная работа, в том числе:							
Аудиторные (всего):							
Занятия лекционного типа							
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)	328	54	54	54	54	54	58
Лабораторные занятия							
Иная контактная работа:							
Контроль самостоятельной работы (КСР)							
Промежуточная аттестация (ИКР)							

Самостоятельная работа, в том числе								
Курсовая работа								
Проработка учебного (теоретического) материала								
Выполнение индивидуальных заданий								
Подготовка к текущему контролю								
Контроль:								
Подготовка к экзамену								
Общая трудоемкость	час.	328	54	54	54	54	54	58
	в том числе контактная работа	328	54	54	54	54	54	58
	зач. ед	–	–	–	–	–	–	–

2.2 Структура дисциплины

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.

Разделы дисциплины, изучаемые в 1, 2, 3, 4, 5, 6, семестрах (очная форма)

№	Наименование разделов	Всего	Количество часов			
			Аудиторная работа			Внеаудиторная работа
			ЛК	ПЗ	ЛР	СР
1	2	3	4	5	6	7
1 семестр						
1	Вводное занятие. История и развитие волейбола в России. Правила соревнований. Правила безопасности при проведении занятий.	2		2		
2	Основы техники перемещения на площадке, стойки.	10		10		
3	Обучение техники передач.	16		16		
4	Обучение техники подач.	16		16		
5	Воспитание специальных двигательных качеств волейболистов, как предпосылки для успешного овладения техникой.	10		10		
Итого по 1 семестру:		54		54		

2 семестр						
1	Обучение техники верхней прямой подачи по зонам.	10		10		
2	Обучение игровому взаимодействию в защите	10		10		
3	Обучение игровому взаимодействию в нападении	10		10		
4	Обучение одиночному блокированию	8		8		
5	Обучение групповому блокированию	8		8		
6	Воспитание специальных двигательных качеств волейболистов, как предпосылки для успешного овладения техникой.	8		8		
Итого по 2 семестру:		54		54		
3 семестр						
1	Обучение технике прямого нападающего удара	10		10		
2	Обучение верхней прямой подачи в прыжке по зонам.	12		12		
3	Закрепление техники передач	12		12		
4	Обучение техники приема мяча снизу, сверху	10		10		
5	Воспитание специальных двигательных качеств волейболистов, как предпосылки для успешного овладения техникой.	10		10		
Итого по 3 семестру:		54		54		
4 семестр						
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	8		8		
5	Закрепление техники группового блокирования	8		8		
6	Воспитание специальных двигательных качеств волейболистов, как предпосылки для успешного овладения техникой.	8		8		
Итого по 4 семестру		54		54		
5 семестр						
1	Закрепление техники верхней прямой подачи	10		10		
2	Совершенствование техники передач	12		12		

3	Совершенствование техники игры в нападении.	12		12		
4	Совершенствование техники игры в защите	10		10		
5	Воспитание специальных двигательных качеств волейболистов, как предпосылки для успешного овладения техникой.	10		10		
Итого по 5 семестру		54		54		
6 семестр						
1	Сочетание одиночного и группового блокирования.	10		10		
2	Совершенствование техники нападающего удара.	10		10		
3	Совершенствование техники верхней прямой подачи	10		10		
4	Совершенствование техники приема мяча снизу, сверху	10		10		
5	Взаимодействие игроков передней и задней линии.	10		10		
6	Совершенствование общей и специальной физической подготовки.	8		8		
Итого по 6 семестру		58		58		
Итого по курсу		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/>.