

## Б1.В. ДВ Элективная дисциплина по физической культуре и спорту – волейбол

### 1. Цели и задачи дисциплины

**Цель дисциплины** содействие формированию у студентов общекультурных компетенций путем овладения специальными знаниями, практическими умениями и навыками в спортивно игровой деятельности обеспечивающими сохранение и укрепление здоровья, совершенствование психофизических способностей, профессионально значимых качеств необходимых в будущей профессиональной деятельности.

**Задачами дисциплины** являются изучение:

- обеспечение понимания роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности.

- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями.

- овладение системой специальных знаний, практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, формирование компенсаторных процессов, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, формирование профессионально значимых качеств и свойств личности.

- способствование адаптации организма к воздействию умственных и физических нагрузок, а также расширению функциональных возможностей физиологических систем, повышению сопротивляемости защитных сил организма.

- создание основы для творческого и методически обоснованного применения методик проведения учебно-тренировочных занятий в избранном виде спорта и программ спортивно массовых мероприятий в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

### 2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.

Коды компетенций	Результаты образовательной программы (компетенция или содержание достигнутого уровня освоения компетенции)	Результаты обучения
ОК-5	Способностью к самоорганизации и самообразованию	<b>Знать:</b> влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья и профилактика заболеваний ; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; правила и способы планирования <b>Уметь:</b> преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; повышать работоспособность, сохранять и укреплять здоровье; <b>Владеть:</b> навыками физического самосовершенствования и укрепления индивидуального здоровья;
ОК-7	Способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	<b>Знать:</b> правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности. <b>Уметь:</b> организовывать и проводить индивидуальный и коллективный отдых и участвовать в массовых спортивных соревнованиях; формировать здоровый образ жизни. <b>Владеть:</b> социально-культурной и профессиональной деятельности личности.

### 3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Элективная дисциплина по физической культуре и спорту – волейбол входит в вариативную часть дисциплин по выбору Блока 1 «Дисциплины (модули)», включённых в учебный план

направления подготовки 19.03.02 Продукты питания из растительного сырья, направленность  
Технология хлеба, кондитерских и макаронных изделий.

#### **4. Содержание дисциплины**

Раздел 1. Методика обучения избранного вида спорта - волейбол и систем физических упраж-  
ражнений

Раздел 2. Общая физическая и специальная подготовка в

Раздел 3. Техническая подготовка в волейболе

Раздел 4.Тактическая подготовка в волейболе

Раздел 5.Специальная и волевая психическая подготовка

Раздел 6. Спортивная подготовка в волейболе.

Раздел 7. Профессионально-прикладная физическая подготовка

**5.Общая трудоемкость** - 328 (328) часов, из них:

1. Контактная работа-328 часов

2.Самостоятельная работа- 0 часов

Аттестация – зачет