

## Б 1.В.ДВ Элективная дисциплина по Физической культуре и спорту-волейбол.

### 1. Цели и задачи дисциплины

**Цель дисциплины:** формирование физической культуры личности и способности направленного использования средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

**Задачами дисциплины** являются изучение:

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание биологических, психолого-педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

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

Коды компетенций	Результаты образовательной программы (компетенция или содержание достигнутого уровня освоения компетенции)	Результаты обучения
ОК-8.	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 Блока 1 «Дисциплины (модули)», включённых в учебный план направления подготовки 13.03.01 Теплоэнергетика и теплотехника, направленность Энергообеспечение предприятий, программа подготовки – академический бакалавриат. Предшествующими курсами, на которых непосредственно базируется «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту» являются:

1. Физическая культура и спорт.
2. Правоведение.
3. Культурология.

Дисциплина «Физическая культура и спорт» является основополагающей для изучения «Элективных дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту»

### 4. Содержание дисциплины

- Раздел 1. Методика обучения избранного вида спорта волейбол - и систем физических упражнений
- Раздел 2. Общая физическая и специальная подготовка в волейболе
- 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** – часов по очной (заочной) формам обучения - 328 (328) часов, из них:  
контактная работа-328(0)часов  
самостоятельная работа-(0) 328 часов  
Аттестация - зачет