

Б1.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.

Задачи дисциплины:

- 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-7	Способностью к самоорганизации и самообразованию	Знать: влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья и профилактика заболеваний; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; правила и способы планирования Уметь: преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; повышать работоспособность, сохранять и укреплять здоровье; Владеть: навыками физического самосовершенствования и укрепления индивидуального здоровья;
ОК-8	Способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и	Знать: правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности. Уметь: организовывать и проводить

	профессиональной деятельности.	индивидуальный и коллективный отдых и участвовать в массовых спортивных соревнованиях; формировать здоровый образ жизни. Владеть: 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 включённых в учебный план направления подготовки 19.03.04 Технология продукции и организация общественного питания.

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/зачетных единиц - 328/0 (указанные академические часы являются обязательными для освоения и в зачетные часы не переводятся), в том числе по очной и заочной формам обучения