

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«САХАЛИНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
Аннотация рабочей программы  
Б1.О.03.ДВ.01.02 Волейбол  
по направлению подготовки:  
44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование  
профиль подготовки: Учитель-дефектолог**

**1. Цель и задачи дисциплины**

**Цель дисциплины** - формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств и методов физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

**Задачи дисциплины:**

- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- формирование устойчивого интереса и потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом; установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание,
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности,
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
- развитие резервных возможностей организма и адаптация к интенсивной интеллектуальной деятельности средствами физической культуры;
- совершенствование спортивного мастерства студентов-спортсменов.

**2. Место дисциплины в структуре образовательной программы**

Дисциплина Б1.О.03.ДВ.01.02 «Волейбол» относится к вариативной части в соответствии с учебным планом образовательной программы подготовки специалиста по направлению 44.03.03 «Специальное (дефектологическое) образование» и является обязательной в объеме 328 академических часов.

Пререквизиты дисциплины: дисциплина формирует специальные знания и компетенции необходимые для решения образовательных, оздоровительных и воспитательных задач и связана с дисциплиной «Физическая культура и спорт».

Постреквизиты дисциплины: *(Отсутствуют)*.

**3 Формируемые компетенции и индикаторы их достижения по дисциплине**

<b>Коды компетенции</b>	<b>Содержание компетенций</b>	<b>Код и наименование индикатора достижения компетенции</b>
УК-3	Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в	УК-3.1 Знает: формы и методы создания команды для выполнения практических задач; основные условия эффективности командной работы. УК 3.2. Умеет: определять стиль управления и

	команде	<p>эффективность руководства командой; вырабатывать командную стратегию; Определяет свою роль в команде на основе использования стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели</p> <p>УК 3.3.</p> <p>Демонстрирует способность работать в команде, проявляет лидерские качества и умения</p>
УК - 7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<p>УК-7.1.</p> <p>Знает закономерности функционирования здорового организма; принципы распределения физических нагрузок; нормативы физической готовности по общей физической группе и с учетом индивидуальных условий физического развития человеческого организма; способы пропаганды здорового образа жизни.</p> <p>УК-7.2.</p> <p>Умеет: поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; грамотно распределить нагрузки; выработать индивидуальную программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма</p> <p>УК-7.3.</p> <p>Владеет навыками использования основ физической культуры для осознанного выбора и применения здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности и базовыми приемами пропаганды здорового образа жизни.</p>

#### 4.Содержание разделов дисциплины

##### ***Раздел 1 Теоретический***

- Краткая историческая справка
- Правила игры «Волейбол»
- Организация и проведение соревнований.
- Техника безопасности и правила поведения на занятиях игры «Волейбол»

##### ***Раздел 2 Практический***

###### ***Общая физическая подготовка:***

- подвижные игры: «Салки с мячом», «Пионербол», «Картошка».

###### ***Специальная физическая подготовка:***

**-Передвижение:** бег обычный и приставными шагами по прямой, спиной вперед и боком, с изменением направления, по зрительным и слуховым сигналам; сочетание различных видов ходьбы, бега, прыжков и остановок; прыжки на месте и в движении, с отталкиванием одной и двумя ногами, с поворотом на 90° и 180°, вверх, вперед и в сторону; остановки; повороты;

- **Обучение технике:** Передача мяча двумя руками сверху и снизу; прием мяча двумя

руками снизу: подача мяча (нижняя, верхняя); нападающий удар;; перевод мяча за спину; подбор мяча от сетки; блокирование.

**-Тактика игры в нападении.** Индивидуальные действия: выбор места, тактика подачи, тактика передачи, нападающий удар. Групповые действия: взаимодействие 2-х, 3-х и более игроков внутри и между линиями.

**- Тактика игры в защите.** Индивидуальные действия: прием подачи, прием нападающих ударов, блокирование; страховка при приёме подач, при нападающих ударах своих игроков, при блокировании и при приёме ударов.

**- Судейство соревнований.**