

**Аннотация
рабочей программы дисциплины (модуля)**

Б1.В.ДВ.07.04 Волейбол

(название дисциплины (модуля) в соответствии с учебным планом)

**основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки**

39.03.02 Социальная работа

(код и наименование направления подготовки)

Направленность (профиль) Социальное обслуживание населения

(наименование направленности (профиля / профилей) / магистерской программы))

Цель освоения дисциплины (модуля): 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.

Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю):

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Компетенция	Индикаторы компетенций	Результаты обучения
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма. УК-7.2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности. УК-7.3. Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none">- нормы здорового образа жизни;- способы физического совершенствования организма;- методы и средства физической культуры;- систему самоконтроля при занятиях физкультурно-спортивной деятельностью;- технику безопасности при занятиях физкультурно-спортивной деятельностью. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none">- правильно организовать режим времени, приводящий к здоровому образу жизни;- использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;- определять цели и задачи физического воспитания, спортивной подготовки и физкультурно-оздоровительной работы, как факторов гармонического развития личности, укрепления здоровья человека;- правильно оценивать и контролировать свое физическое состояние. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none">- системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и

		совершенствование психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической и спортивно-технической подготовке); - средствами и методами физкультурно-спортивной деятельности.
--	--	--

Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП: «Б1.В.ДВ.07.04 Волейбол» относится к дисциплине «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту» к части образовательной программы, формируемой участниками образовательных отношений.

Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам):

1. Стойки и перемещения волейболистов: упражнения для развития быстроты, ловкости, силы, игры подготовительные к волейболу «Пионербол», «Три касания» и др.
2. Передачи мяча сверху и снизу двумя руками. Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача. Нападающий удар. Использование подводящих упражнений и эстафет.
3. Тактика нападения - индивидуальные действия: перемещения с имитацией технических приемов, передачи сверху и снизу в тройках, чередования нижних и верхних подач, индивидуальные тактические действия в нападении (действия с мячом). Техника нападения - групповые действия: перемещения в сочетании с бросками набивных мячей по зрительному сигналу, передачи мяча сверху и снизу по зонам, подачи мяча в правую и левую зоны, групповые тактические действия в нападении, нападающий удар. Учебная игра.
4. Тактика защиты - индивидуальные действия: перемещения по сигналу, прием подач сверху и снизу, нападающий удар (чередование ударов и обманов), индивидуальные тактические средства в защите. Тактика защиты - групповые действия: перемещение в сочетании с передачами мяча, прием подач с подстраховкой, групповые тактические действия в защите. Учебная игра.
5. Тактика игры - командные действия: сочетание перемещений с выполнением нападающего удара и передач, командные тактические действия. Прикладные физические упражнения и отдельные элементов в волейболе. Учебная игра.
6. Специальные упражнения для развития основных физических качеств для студентов с учетом специфики будущей профессиональной деятельности. Участие в соревнованиях. Правила игры, учебная игра.