ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00A2C30F99EF9D0306EA3C0F012BEB925E
Владелец: Чанкаев Мурат Хасанович
Действителен: с 02.04.2026 до 26.06.2027

Аннотация
рабочей программы дисциплины
«Элективные дисциплины по физической культуре и спорту»

Направление подготовки: 37.03.01 Психология

Направленность (профиль): Общий профиль

Квалификация: бакалавр

Цель и задачи изучения дисциплины	**Целью изучения дисциплины** является 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 жизни и профессиональной деятельности. **Задачи дисциплины:** - понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности; - знание научно- биологических, 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.
Место дисциплины в учебном плане	Б1.В.15
Общая трудоемкость дисциплины з.е/ часов	328
Семестр	2;4;6
Формируемые компетенции	УК- 7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. ПК-1. способен к постановке исследовательских задач в профессиональной деятельности, направленной на реализацию

	психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса в образовательных организациях общего, профессионального и дополнительного образования
Знания, умения и навыки, получаемые в результате освоения дисциплины	**Знать: (**УК- 7) виды физических упраж-нений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни (ПК-1) основные методологиче-ские положения современ-ной психологии, особенно-сти научно-исследовательской и прак-тической деятельности психолога, современные проблемы психологии, ин-новационные методы пси-хологии и ее отраслей, по-требности, диктующие необходимость изменений в области научно-исследовательской и прак-тической деятельности. **Уметь:** (УК- 7) применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для со-хранения и укрепления здоровья, психофизиче-ской подготовки и само-подготовки к будущей жизни и профессиональ-ной деятельности; ис-пользовать творчески средства и методы физи-ческого воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовер-шенствования, формиро-вания здорового образа и стиля жизни (ПК-1) формулировать и реализо-вывать научную проблема-тику в области психологии при проведении экспери-мента или апробации про-екта, ответственно подхо-дить к постановке ннова-ционных профессиональ-ных задач в научно-исследовательской и прак-тической деятельности. **Владеть:** (УК- 7) средствами и методами укрепления индивиду-ального здоровья, физи-ческого самосовершен-ствования (ПК-1) методами оценки эффек-тивности ведения крупных отраслей, основами разра-ботки долгосрочных проек-тов и планов развития сфе-ры научно-исследовательской и про-ектно-инновационной дея-тельности, методами мо-дернизации психологии.
Содержание дисциплины	**Раздел 1** Вводное занятие. История и развитие волейбола в России. Правила соревнований. Правила безопасности при проведении занятий. Введение в курс «Волейбол» Основы техники перемещения на площадке, стойки. Обучение техники передач. Обучение техники подач. Нападающий удар Блокирование Воспитание специальных двигательных качеств волейболистов, как предпосылки для успешного овладения техникой.
Виды учебной работы	Лекции, практические занятия, тесты, самостоятельная работа.
Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины	
а) основная литература	

1. Физическая культура: учебник для вузов. Гриф Московского педагогического гос. Университета / А.Б. Муллер. - М.: Юрайт, 2013. - 424 с.
2. Физическая культура и спорт в высшем учебном заведении: учеб. пособие для студентов МГУУ Правительства Москвы всех направлений подготовки (степень бакалавр) / под ред. В.А. Баранова. - М.: МГУУ ПМ, 2014. - 140с.
3. 3.Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред. Кикотия В.Я., Барчукова И.С.. - М.: Юнити, 2017. - 288 с.
4. Бишаева, А.А. Физическая культура: Учебник / А.А. Бишаева. - М.: Академия, 2018. - 256 с.
5. Олимпийский спорт и олимпийское движение [Текст]: учебное пособие для студентов МГУУ Правительства Москвы всех направлений подготовки (степень "бакалавр") / А. В. Николаев [и др.]. - М.: МГУУ ПМ, 2013-152 с.
6. Евсеев Ю. И. Физическая культура [Текст]: учебное пособие. Гриф МО РФ. Соответствует Федеральному государственному образовательному стандарту (третьего поколения) / Ю.И. Евсеев. - 8-е изд., испр. - Ростов н/Д: Феникс, 2012. - 445 с.

б) дополнительная учебная литература

1. Шулятьев В.М. Физическая культура студента [Электронный ресурс]: учебное пособие / Шулятьев В.М. - Москва: Российский университет дружбы народов. 2012. - 288 с. -Режим доступа: ЭБС Ай Пи Ар Букс.
2. Барчуков И.С. Физическая культура и физическая подготовка: учебник / Барчуков И.С. - М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2012. - 431 с. - Режим доступа: ЭБС Ай Пи Ар Букс.
3. Лысова И.М. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие /[Электронный ресурс]: учебное пособие / Лысова И.А. - М.: Московский гуманитарный университет, 2012. - 161 с. - Режим доступа: ЭБС Ай Пи Ар Букс.
4. Холодов Ж.К. Терпя и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие. Гриф УМО /Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - 8-е изд., стер. - М.: Академия, 2010. - 479 с.
5. .Содержание и направленность оздоровительной физической тренировки: учебное пособие для студ. Всех специальностей и направлений подготовки / ред. В.А. Баранов. - М.: МГУУ ПМ, 2010.-93 с.
6. В.Т Никоноров. Физическая культура; учебное пособие. Чебоксары: Чуваш. Гос. педун-т, 2011. - 96 с
7. Туманян Г.С. Здоровый образ жизни и физическое совершенствование: учебное пособие / Г.С. Туманян. - 3-е изд., стер. - М.: Академия, 2009. - 335 с.

в) ресурсы Интернет

1. Собрание спортивной литературы [электронный ресурс]-Режим доступа http://firuk.net/sportbook/
2. ФИС: журнал «Физическая культура и спорт»: Золотая библиотека Здоровья [электронный ресурс] - Режим доступа http://www.fismag.ru
3. Сайт «ФизкультУра» http://www.fizkult-ura.ru/
4. Раздел: Физическая культура и спорт Сайт Rus.Eduhttp: //www.rusedu.ru/ fizkultura/ list_49.html
5. Образовательные сайты для учителей физической культуры http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9
6. Сообщество учителей физической культуры на портале «Сеть творческих учителей» http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&tmpl=com

Форма промежуточной аттестации	зачет.

Разработчик	Джукаев М.Х.