

Аннотация
рабочей программы дисциплины
«Элективные курсы по физической культуре и спорту»
Направление подготовки: 44.03.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность (профиль): Педагог-психолог
Квалификация: бакалавр

Цель и задачи изучения дисциплины	Целью изучения дисциплины Элективные курсы по физической культуре и спорту «Волейбол» для студентов вузов 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 роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности; - формирование знаний в области практических основ физической культуры и здорового образа жизни; - формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, соблюдение стандартов здорового образа жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях 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; - обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность к будущей профессии; - приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.
Место дисциплины в учебном плане	Б1.В.10
Общая трудоемкость дисциплины з.е/ часов	328
Семестр	2, 4, 6
Формируемые компетенции	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной и профессиональной деятельности.
Знания, умения и навыки, получаемые в результате	Знать: виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни,

освоения дисциплины	направленную на защиту здоровья детей и педагогов; Уметь: - разнообразные средства применять на практике физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни Владеть: - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования
Содержание дисциплины	Раздел 1. Легкая атлетика Обучение технике бега на короткой дистанции. Обучение технике бега на длинной дистанции (2000 м, 3000 м), Обучение технике прыжка с места. Раздел 2. Баскетбол. Основы техники безопасности. Обучение элементам техники спортивных игр (в зависимости от медицинских показаний и противопоказаний). Ведение мяча в движении: по прямой в равномерном темпе; с остановкой и последующим движением; после ловли на месте; после ловли в движении; с изменением скорости передвижения. Раздел 3. Волейбол. Основы техники безопасности. Обучение тактике игры в волейбол. Обучение подачам мяча. Раздел 4. Туризм. Обучение технике безопасности на маршруте. Обучение навыкам оказания первой до медицинской помощи. Обучение элементам техники горного туризма. Обучение топографической подготовке. Обучение ведению туристическо-краеведческой работе в походе.
Виды учебной работы	Практические занятия
Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины	
<i>а) основная литература</i> 1 Физическая культура и спорт студентов : учебное пособие / В. А. Бомин, А. И. Ракоца, А. И. Трегуб [и др.]. — Иркутск : Иркутский ГАУ, 2020. — 115 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/183498. — Режим доступа: для авториз. пользователей. 2. Физическая культура : учебник / А. С. Гречко, Ю. И. Сиренко, Т. В. Синельникова, Ю. В. Мурзин. — Омск : ОмГУ, 2023. — 200 с. — ISBN 978-5-7779-2663-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/383774. — Режим доступа: для авториз. пользователей. 3. Физическая культура : учебное пособие / В. М. Суханов, О. Н. Крюкова, А. А. Курченков, А. А. Пауков. — Воронеж : ВГУИТ, 2023. — 83 с. — ISBN 978-5-00032-651-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/403301. — Режим доступа: для авториз. пользователей. 4. Собянин, Ф. И. Физическая культура : учебник / Ф. И. Собянин. — Ростов-на-Дону : Феникс, 2022. — 215 с. — ISBN 978-5-222-35159-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/318725. — Режим доступа: для авториз. пользователей.	
<i>б) дополнительная учебная литература</i> 1. 1. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими Елохова, Ю. А. Физическая культура и спорт : учебное пособие / Ю. А. Елохова, В. В. Сумина. — Омск : Омский ГАУ, 2024. — 134 с. — ISBN 978-5-907687-43-1. —	

Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/388199. — Режим доступа: для авториз. пользователей. 2. Казантинова, Г. М. Физическая культура студента : учебник / Г. М. Казантинова, Т. А. Чарова, Л. Б. Андрющенко. — Волгоград : Волгоградский ГАУ, 2017. — 304 с. — ISBN 978-5-4479-0046-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/100838. — Режим доступа: для авториз. пользователей. 3. Физическая культура студента : учебное пособие. — Самара : СамГУПС, 2018. — 228 с. — ISBN 978-5-98941-281-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/130429. — Режим доступа: для авториз. Пользователей. - Текст: электронный.	
Форма промежуточной аттестации	2 семестр - зачет 4 семестр - зачет 6 семестр - зачет
Разработчик	Джукаев М.Х.