

**АННОТАЦИЯ**  
**рабочей программы дисциплины (модуля)**

**ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ**  
**«ВОЛЕЙБОЛ»**

**Целью** изучения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту волейбол» 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.

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

Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре «Волейбол» Б1.В.12 относится к вариативной части Б1. Дисциплина (модуль) изучается на 1-3 курсах в 1-6 семестре.

<b>МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП</b>	
Индекс	Б1.В.12
<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>	
<p>Для освоения дисциплины студент должен <b>знать:</b> о влиянии оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;</p> <p>О профессиональных заболеваниях и вредных привычек; правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; уметь выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетической гимнастики; выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации; осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой; владеть приобретенными знаниями и умениями в практической деятельности и повседневной жизни; средства и методы повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья;</p> <p>подготовки к профессиональной деятельности и в службе в Вооруженных силах Российской Федерации; организации и проведения индивидуального, коллективного семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях;</p>	
<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>	
<p>Для изучения данной учебной дисциплины необходимы следующие знания, умения, навыки, формируемые предшествующими дисциплинами: учебный курс логически связан с теоретическими основами истории физической культуры, биологии и безопасности жизнедеятельности.</p>	

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

<b>Код компетенции</b>	<b>Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО/ ПООП/ ООП</b>	<b>Индикаторы достижения компетенций</b>	<b>Декомпозиция компетенций (результаты обучения) в соответствии с установленными индикаторами</b>
<b>Универсальные компетенции</b>			

<b>УК- 7</b>	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	<p>УК-7.1. Выбирает здоровье сберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма</p> <p>УК-7.2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности</p> <p>УК-7.3. Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности</p>	<p><b>Знать:</b> виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни;</p>
			<p><b>Уметь:</b> 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</p>
			<p><b>Владеть:</b> средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования</p>

4. Общая трудоемкость (объем) дисциплины (модуля) составляет 5 ЗЕТ, 328 академических часов.

5. Разработчик: *к.пед.н. Гогоберидзе З.М.*