

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: Рукович Александр Владимирович
 Должность: Директор
 Дата подписания: 17.11.2021 08:24:17
 Уникальный программный ключ:
 f45eb7c44954саас05ea7d4f32eb8d7d6b3cb9dae8d9b4bda094afadafb705f

Министерство науки и высшего образования и Российской Федерации
 Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
 «СЕВЕРО-ВОСТОЧНЫЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ М.К. АММОСОВА»
 Технический институт (филиал) ФГАОУ ВО «СВФУ» в г. Нерюнгри

Кафедра общеобразовательных дисциплин

Рабочая программа дисциплины

Б1.В.ДВ.01.05 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (волейбол)

для программы бакалавриата по направлению подготовки
 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)»
 Направленность программы: Дошкольное образование и начальное образование

Форма обучения: очная

Автор: Прокопенко Л.А., к.п.н. доцент кафедры общеобразовательных дисциплин, e-mail:
larisana4@mail.ru

<p>РЕКОМЕНДОВАНО Представитель кафедры филологии _____ / Погуляева И.А. И.о. заведующего кафедрой филологии _____ / Погуляева И.А. протокол № 8 от «24» 04 2019 г.</p>	<p>ОДОБРЕНО Представитель кафедры ПиМНО _____ / Шахмалова И.Ж. Заведующий кафедрой ПиМНО _____ / Мамедова Л.В. протокол № 8 от «10» 05 2019 г.</p>	<p>ПРОВЕРЕНО Нормоконтроль в составе ОПОП пройден Специалист УМО _____ / Андреева А.С. «10» 05 2019 г.</p>
<p>Рекомендовано к утверждению в составе ОП Председатель УМС _____ протокол УМС № 8 от «23» 05 2019 г.</p>		<p>Зав. библиотекой _____ / Сокольникова О.В. «10» 05 2019 г.</p>

Нерюнгри 2019

АННОТАЦИЯ

к рабочим программам дисциплин
Б1.В.ДВ.01.05 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (волейбол)
Трудоемкость 0 з.е.

1.1. Цель освоения и краткое содержание дисциплины

Цель освоения: 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.

Краткое содержание дисциплины:

1. Обучение технике волейбола: верхней и нижней передачам; подачам снизу, сбоку, сверху; приему подач, подачам, имитации нападающего удара, блокирования
2. Общефизическая и специальная подготовка, развитие физических качеств.

1.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Планируемые результаты освоения программы (содержание и коды компетенций)	Наименование индикатора достижения компетенций	Планируемые результаты обучения по дисциплине
Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7)	<p>Обосновывает выбор здоровьесберегающей технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности (УК-7.1)</p> <p>Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности (УК-7.2);</p> <p>Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности (УК-7.3);</p> <p>Устанавливает соответствие выбранных средств и методов укрепления здоровья,</p>	<p>Знать: научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни</p> <p>Уметь: использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни</p> <p>Владеть: способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p> <p>Владеть (методиками): знает правила игры в волейбол, владеет навыками судейства игры в волейбол</p> <p>Владеть практически</p>

	<p>физического самосовершенствования показателям уровня физической подготовленности (УК-7.4); Определяет готовность к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО (УК-7.5).</p>	<p>навыками: демонстрирует практические навыки игры в волейбол, демонстрирует активную индивидуальную игру в командных соревнованиях</p>
--	--	---

1.3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Индекс	Наименование дисциплины (модуля), практики	Семестр изучения	Индексы и наименования учебных дисциплин (модулей), практик	
			на которые опирается содержание данной дисциплины (модуля)	для которых содержание данной дисциплины (модуля) выступает опорой
Б1.В.ДВ.01.05	Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (волейбол)	1-6	На знания школьной программы	При параллельном изучении дисциплины Б1.О.05 Физическая культура и спорт

1.4. Язык преподавания: русский

2. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Выписка из учебного плана (гр. БП-ПО-19):

Код и название дисциплины по учебному плану	Б1.В.ДВ.01.05 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (волейбол)	
Курс изучения	1, 2, 3	
Семестр(ы) изучения	1-6	
Форма промежуточной аттестации (зачет/экзамен)	зачет	
Контрольная работа, семестр выполнения	–	
Трудоемкость (в ЗЕТ)	–	
Трудоемкость (в часах) (сумма строк №1,2,3), в т.ч.:	328	
№1. Контактная работа обучающихся с преподавателем (КР), в часах:	Объем аудиторной работы, в часах	В т.ч. с применением ДОТ или ЭО ¹ , в часах
Объем работы (в часах) (1.1.+1.2.+1.3.):	66/124/138	-
1.1. Занятия лекционного типа (лекции)	-	-
1.2. Занятия семинарского типа, всего, в т.ч.:	1 курс – 66 2 курс – 124 3 курс – 138	-
- практические занятия	1 курс – 36+30 2 курс – 64+60 3 курс – 52+86	-
- лабораторные работы	-	-
- практикумы	-	-
1.3. КСР (контроль самостоятельной работы, консультации)	-	-
№2. Самостоятельная работа обучающихся (СРС) (в часах)	-	
№3. Количество часов на экзамен (при наличии экзамена в учебном плане)	-	

¹Указывается, если в аннотации образовательной программы по позиции «Сведения о применении дистанционных технологий и электронного обучения» указан ответ «да».

3. Содержание дисциплины, структурированное по темам с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

3.1. Распределение часов по разделам и видам учебных занятий

1 курс

Раздел	Всего часов	Контактная работа, в часах									Часы СРС
		Лекции	из них с применением ЭО и ДОТ	Практические занятия	из них с применением ЭО и ДОТ	Лабораторные работы	из них с применением ЭО и ДОТ	Практикумы	из них с применением ЭО и ДОТ	КСР (консультации)	
Обучение технике волейбола (тема 1)	20	-	-	20	-	-	-	-	-	-	-
Общефизическая подготовка, развитие специальных физических качеств (тема 2)	16	-	-	16	-	-	-	-	-	-	-
Всего за 1 семестр	36	-	-	36	-	-	-	-	-	-	-
Обучение технике волейбола (тема 1)	20	-	-	20	-	-	-	-	-	-	-
Общефизическая подготовка, развитие специальных физических качеств (тема 2)	10	-	-	10	-	-	-	-	-	-	-
Всего за 2 семестр	30	-	-	30	-	-	-	-	-	-	-
Всего часов	66	-	-	66	-	-	-	-	-	-	-

2 курс

Раздел	Всего часов	Контактная работа, в часах									Часы СРС
		Лекции	из них с применением ЭО и ДОТ	Практические занятия	из них с применением ЭО и ДОТ	Лабораторные работы	из них с применением ЭО и ДОТ	Практикумы	из них с применением ЭО и ДОТ	КСР (консультации)	
Обучение технике волейбола (тема 1)	50	-	-	50	-	-	-	-	-	-	-
Общефизическая подготовка, развитие специальных физических качеств (тема 2)	14	-	-	14	-	-	-	-	-	-	-
Всего за 3 семестр	64	-	-	64	-	-	-	-	-	-	-
Обучение технике волейбола (тема 1)	40	-	-	40	-	-	-	-	-	-	-
Общефизическая подготовка, развитие специальных физических качеств (тема 2)	20	-	-	20	-	-	-	-	-	-	-
Всего за 4 семестр	60	-	-	60	-	-	-	-	-	-	-
Всего часов	124	-	-	124	-	-	-	-	-	-	-

3 курс

Раздел	Всего часов	Контактная работа, в часах									Часы СРС
		Лекции	из них с применением ЭО и ДОТ	Практические занятия	из них с применением ЭО и ДОТ	Лабораторные работы	из них с применением ЭО и ДОТ	Практикумы	из них с применением ЭО и ДОТ	КСР (консультации)	
Закрепление техники упражнений волейбола (тема 1)	40	-	-	40	-	-	-	-	-	-	-
Общефизическая подготовка, развитие специальных физических качеств (тема 2)	12			12							
Всего за 5 семестр	52	-	-	52	-	-	-	-	-	-	-
Закрепление техники упражнений волейбола (тема 1)	50	-	-	50	-	-	-	-	-	-	-
Общефизическая подготовка, развитие специальных физических качеств (тема 2)	36	-	-	36	-	-	-	-	-	-	-
Всего за 6 семестр	86	-	-	86	-	-	-	-	-	-	-
Всего часов	138	-	-	138	-	-	-	-	-	-	-

3.2. Содержание тем программы дисциплины

1 курс

Тема 1. Обучение технике волейбола: верхней и нижней передачам; подачам снизу, сбоку, сверху; прием подач (1 семестр).

Обучение технике волейбола: подачам, приемам, нападающему удару, блокированию (2 семестр).

Тема 2. Общефизическая подготовка: контрольные нормативы (в осеннем и весеннем семестрах).

2 курс

Тема 1. Обучение технике волейбола: верхней и нижней передачам в различных зонах и по заданию, в парах, в тройках; прямой верхней подачи, приему подач снизу и сверху с дальнейшей передачей по зонам. Розыгрыш мяча после приема с нападающим ударом. Учебные игры. Судейство игр (3 семестр).

Обучение технике волейбола: нападающий удар, верхняя передача в парах с нападающим ударом, имитация блокирования. Закрепление прямой верхней подачи. Разучиванием тактических командных действий. Учебные игры. Судейство игр (4 семестр).

Тема 2. Общефизическая подготовка: контрольные нормативы (в осеннем и весеннем семестрах).

3 курс

Тема 1. Закрепление техники упражнений волейбола: верхней и нижней передач; подач сверху; приемов подач (5 семестр).

Закрепление техники упражнений волейбола: подач, приемов, нападающего удара, блокирования. Закрепление тактических командных действий в защите и нападении (6 семестр).

Тема 2. Общефизическая подготовка: контрольные нормативы (в осеннем и весеннем семестрах).

3.3. Формы и методы проведения занятий, применяемые учебные технологии

В образовательном процессе используется личностно-ориентированная технология организации двигательной деятельности.

4. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

В соответствии с учебным планом, по данной дисциплине СРС не предусмотрена.

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Методические указания для помощи обучающимся в успешном освоении дисциплины в соответствии с запланированными видами учебной работы обучающихся:

1. Хода Л.Д., Новичихина Е.В., Боровская Л.М. Физическая культура: учебно-методическое пособие. ТИ (ф) СВФУ, 2011.

2. Хода Л.Д. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом. ТИ (ф) СВФУ, 2017.

Методические указания размещены в СДО Moodle: <http://moodle.nfygu.ru/course/view.php?id=9446>

Рейтинговый регламент по дисциплине:

№	Вид выполняемой учебной работы (контролирующие материалы)		Количество баллов (min)	Количество баллов (max)	Примечание
	Испытания (проводятся в контактной форме)	Время, час			
1	Упражнения спортивно-технической подготовки		5 x 7 б = 35 б.	5 x 10 б = 50 б.	Пять контрольных упражнений
2	Упражнения общефизической подготовки		5 x 2б = 10 б.	5 x 5б = 25 б.	Пять контрольных упражнений
3	Участие в спортивных соревнованиях: - внутриинститутских - 5 б. - районных - 10б. - республиканских – 15 б.		5 б.	15 б.	Обязательное участие во внутригрупповых соревнованиях
4	Посещаемость занятий		10 б.	10 б.	Не менее 10 учебных занятий
	Итого:		60 б.	100 б.	

6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

6.1. Показатели, критерии и шкала оценивания

Коды оцениваемых компетенций	Показатель оценивания (по п.1.2.РПД)	Уровни освоения	Критерии оценивания (дескрипторы)	Оценка
УК-7 (УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3, УК-7.4, УК-7.5)	<i>Знать:</i> - особенности использования средств физической культуры по избранному виду спорта для поддержания уровня физической подготовленности и укрепления здоровья; - требования и нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО; <i>Уметь:</i> - использовать средства	Освоено	Выполняет технически правильно контрольные упражнения спортивно-технической подготовки. Показывает положительную динамику показателей при выполнении контрольных упражнений общефизической подготовки	Зачтено
		Не освоено	Не выполняет технически правильно контрольные	Не зачтено

	<p>физической культуры для оптимизации работоспособности и укрепления здоровья;</p> <ul style="list-style-type: none"> - выбирать доступные и оптимальные методики избранного вида спорта для поддержания уровня физической подготовленности и укрепления здоровья; <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - методикой выполнения физических упражнений избранного вида спорта и самоконтроля за состоянием своего здоровья; - техникой выполнения нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО (по ступеням); - двигательными навыками упражнений избранного вида спорта, повышающими функциональные возможности и физическую подготовленность для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. 		<p>упражнения спортивно-технической подготовки. Показывает отрицательную динамику показателей при выполнении контрольных упражнений общефизической подготовки</p>	
--	--	--	---	--

6.2. Типовые контрольные задания (вопросы) для промежуточной аттестации

В каждом семестре для контроля спортивной подготовки студент должен сдать 5 контрольных упражнения спортивно-технической подготовки и 5 контрольных упражнений общефизической подготовки. Учитывается активность и посещаемость занятий, участие в внутригрупповых соревнованиях по изучаемым видам спорта.

Критерии оценки:

- качественный показатель: техника выполнения упражнения, методика проведения упражнений;
- положительная динамика показателя выполнения упражнения.

6.3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания

Характеристики процедуры	
Вид процедуры	Зачет
Цель процедуры	выявить степень сформированности компетенции УК-7
Локальные акты вуза, регламентирующие проведение процедуры	Положение о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся СВФУ, версия 3.0, утверждено ректором СВФУ 19.02.2019 г. Положение о балльно-рейтинговой системе в СВФУ, версия 4.0, утверждено 21.02.2018 г.
Субъекты, на которых направлена процедура	студенты 1, 2, 3 курсов бакалавриата
Период проведения процедуры	Зимняя экзаменационная сессия Летняя экзаменационная сессия
Требования к помещениям и материально-техническим средствам	Спортивный зал, оборудованный для занятий волейболом

Требования к банку оценочных средств	-
Описание проведения процедуры	В соответствии с п. 5.13 Положения о балльно-рейтинговой системе в СВФУ (утверждено приказом ректора СВФУ от 21.02.2018 г.), зачет «ставится при наборе 60 баллов». Таким образом, процедура зачета не предусмотрена
Шкалы оценивания результатов	шкала оценивания результатов приведена в п.6.1. РПД
Результаты процедуры	Для получения зачета студент должен набрать не менее 60 баллов

7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

№	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной литературы, вид и характеристика иных информационных ресурсов	Наличие грифа, вид грифа	Библиотека ТИ (ф) СВФУ, кол-во экземпляров	Электронные издания: точка доступа к ресурсу (наименование ЭБС, ЭБ СВФУ)	Количество студентов
Основная литература ²					
1	Физическая культура студента и жизнь: учебник / В.И. Ильинич. - М.: Гардарики, 2010	Гриф УМО РФ	17	-	19
2	Чертов Н.В. Физическая культура и спорт: учебное пособие. - Ростов: Изд-во Южного федерального университета, 2012	-		http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=241131&sr=1	19
Дополнительная литература					
1	Губа В.П. Волейбол в университете. Учебное пособие. 2009	Гриф УМО РФ	1		19
2	Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства: учебник / Под ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова. 2008	Гриф УМО РФ	1		19
3	Мезенцева Н.В. Методика подготовки волейболисток групп спортивного совершенствования к соревнованиям. Красноярск: Сибирский федеральный университет, 2012.				19
4	Иорданская Ф.А. Функциональная подготовленность волейболистов : диагностика, механизмы адаптации, коррекция симптомов дизадаптации. М.: Спорт, 2016				19

² Рекомендуется указывать не более 3-5 источников (с грифами).

8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее сеть-Интернет), необходимых для освоения дисциплины

1. Электронная информационно-образовательная среда «Moodle»:
<http://moodle.nfygu.ru/course/view.php?id=9446>

9. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

№ п/п	Виды учебных занятий*	Наименование аудиторий, кабинетов, лабораторий и пр.	Перечень оборудования
1.	Практические занятия	Игровой зал с/к «Олимп»	Спортивный инвентарь и оборудование для волейбола

10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

10.1. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине³

При осуществлении образовательного процесса по дисциплине используются следующие информационные технологии:

- использование на занятиях электронных изданий (чтение лекций с использованием слайд-презентаций, электронного учебного пособия);
- организация взаимодействия с обучающимися посредством СДО Moodle.

10.2. Перечень программного обеспечения
-MSWORD, MSPowerPoint.

10.3. Перечень информационных справочных систем
Не используются.

³В перечне могут быть указаны такие информационные технологии, как использование на занятиях электронных изданий (чтение лекций с использованием слайд-презентаций, электронного курса лекций, графических объектов, видео- аудио- материалов (через Интернет), виртуальных лабораторий, практикумов), специализированных и офисных программ, информационных (справочных) систем, баз данных, организация взаимодействия с обучающимися посредством электронной почты, форумов, Интернет-групп, скайп, чаты, видеоконференцсвязь, компьютерное тестирование, дистанционные занятия (олимпиады, конференции), вебинар (семинар, организованный через Интернет), подготовка проектов с использованием электронного офиса или оболочки) и т.п.

