

АННОТАЦИЯ
рабочей программы дисциплины «Волейбол»
по направлению подготовки 40.03.01 Юриспруденция (уровень бакалавриата)

Цель освоения дисциплины - формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных методов и средств физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Волейбол» - элективная дисциплина по физической культуре и спорту программы бакалавриата.

Объем, структура и содержание дисциплины:

Общая трудоемкость дисциплины: 328 академических часов (в зачетные единицы не переводятся).

Тема 1. Инструктаж по охране труда при проведении занятий по спортивным и подвижным играм. Сущность игры и правила соревнований. Судейство игры: жесты. Тема 2. Обучение и совершенствование техники стоек, перемещений. Тема 3. Обучение и совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху. Тема 4. Обучение и совершенствование техники подачи волейбольного мяча. Тема 5. Обучение и совершенствование техники нападающего удара. Тема 6. Обучение и совершенствование техники приема мяча. Тема 7. Обучение совершенствование техники блокирования. Тема 8. Обучение индивидуальным, групповым и командным тактическим действиям в нападении и совершенствование в них. Тема 9. Обучение индивидуальным, групповым и командным тактическим действиям в защите и совершенствование в них. Тема 10. Общая физическая подготовка. Развитие физических качеств.