

## АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

### Б1.В.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ: ВОЛЕЙБОЛ

**Наименование образовательной программы:** *Социальная структура, социальные институты и процессы*

**Код и наименование специальности:** *39.03.01 «Социология»*

**Форма обучения:** *очная*

**Планируемые результаты освоения дисциплины:** знает роль и основы физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста; умеет творчески использовать средства и методы физического воспитания для личностно-профессионального развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни; владеет системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств; составить и выполнить комплекс упражнений гимнастики; а также контролировать свое физическое состояние.

**Объем дисциплины:** объем дисциплины 328 академических часов. По очной форме обучения количество академических часов, выделенных на контактную работу с преподавателем (по видам учебных занятий) – 328 часов практические занятия.

**Структура дисциплины:** *Тема 1. Техническая подготовка; Тема 2. Тактическая подготовка; Тема 3. Интегральная подготовка; Тема 4. Функциональная тренировка; Тема 5. Игровая подготовка; Тема 6. Прикладно-ориентированная подготовка; Тема 7. Специальная физическая подготовка; Тема 8. Общая физическая подготовка.*

**Форма промежуточной аттестации:** зачет.

#### **Основная литература:**

1. Физическая культура : учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 599 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12033-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/516434>
2. Филиппов, С. С. Менеджмент физической культуры и спорта : учебник для вузов / С. С. Филиппов. — 4-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 234 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12771-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514559>