

ВОЛЕЙБОЛ В ВУЗЕ

ВОЛЕЙБОЛ В ВУЗЕ

Волейбол в вузе включен в программу по физическому воспитанию студентов и является составной частью занятий в специальном (оздоровительный волейбол), подготовительном учебных отделениях и на отделении спортивного совершенствования.

ВОЛЕЙБОЛ ИСПОЛЬЗУЕТСЯ В ЗАНЯТИЯХ СО СТУДЕНТАМИ, ОТНЕСЕННЫМИ ПО СОСТОЯНИЮ ЗДОРОВЬЯ К СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЕ. ПО МНЕНИЮ МЕДИКОВ, ВЫПОЛНЕНИЕ ПОДАЧ, ПЕРЕДАЧ МЯЧА, БЛОКИРОВАНИЙ ЯВЛЯЕТСЯ ХОРОШИМ КОРРИГИРУЮЩИМ СРЕДСТВОМ. ДЛЯ ЭТОЙ ГРУППЫ РЕКОМЕНДУЕТСЯ ИГРА ОБЛЕГЧЕННЫМИ МЯЧАМИ.





ГЛАВНАЯ ЗАДАЧА ЗАНЯТИЙ ВОЛЕЙБОЛОМ В СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЕ — СОДЕЙСТВИЕ УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ.



В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ОТДЕЛЕНИИ ОБУЧЕНИЕ ПРОВОДИТСЯ ПО ПРИНЦИПУ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ В ВОЛЕЙБОЛЕ. СТУДЕНТЫ ОТБИРАЮТСЯ В ГРУППЫ В СООТВЕТСТВИИ С ИХ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬЮ И С УЧЕТОМ ЖЕЛАНИЯ ЗАНИМАТЬСЯ ВОЛЕЙБОЛОМ.

На занятиях студенты знакомятся с основами волейбола для последующего участия в массовых соревнованиях (первенство факультета, курса, первенство института), а также повышают физическую подготовленность средствами волейбола.

Объем и содержание учебного материала зависят от года обучения. На первых двух курсах материал разнообразен в пределах общеразвивающих, подготовительных и подводящих упражнений, а также элементов техники и тактики игры.

На старших курсах основное внимание уделяется упражнениям для развития общих и специальных физических качеств, для закрепления техники и тактики игры, освоенной на начальных курсах обучения.

В ВУЗЕ НА ОТДЕЛЕНИИ СПОРТИВНОГО
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ МОЖЕТ ИДТИ ПО
СЛЕДУЮЩИМ НАПРАВЛЕНИЯМ:

— ПРИ ХОРОШЕЙ СПОРТИВНОЙ БАЗЕ И
БОЛЬШОМ КОНТИНГЕНТЕ ЗАНИМАЮЩИХСЯ
СОЗДАЮТСЯ ОДНОРОДНЫЕ ПО СПОРТИВНОЙ
ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ГРУППЫ (КОМАНДЫ
ФАКУЛЬТЕТОВ, КУРСОВ, ОТДЕЛЕНИЙ И ДР.),
ИЗ КОТОРЫХ ЛУЧШИЕ СПОРТСМЕНЫ
ПРИГЛАШАЮТСЯ В СБОРНУЮ КОМАНДУ ВУЗА;





— ПРИ НЕЗНАЧИТЕЛЬНОМ КОЛИЧЕСТВЕ СТУДЕНТОВ И ПРИ ПОСРЕДСТВЕННОЙ СПОРТИВНОЙ БАЗЕ СОЗДАЮТСЯ СБОРНЫЕ КОМАНДЫ ИЗ СТУДЕНТОВ РАЗЛИЧНЫХ КУРСОВ И РАЗЛИЧНОГО УРОВНЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ.



Основная направленность работы в группах спортивного совершенствования — совершенствование технического мастерства и дальнейшее развитие двигательной подготовленности.

СБОРНЫЕ КОМАНДЫ ИНСТИТУТА УЧАСТВУЮТ В ПЕРВЕНСТВЕ ГОРОДА СРЕДИ ВУЗОВ, СРЕДИ КФК И В ДРУГИХ СОРЕВНОВАНИЯХ, А ДЛЯ СТУДЕНТОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ОТДЕЛЕНИИ, СИСТЕМАТИЧЕСКИ ПРОВОДЯТСЯ СОРЕВНОВАНИЯ НА ПЕРВЕНСТВО КУРСОВ, ФАКУЛЬТЕТОВ, ИНСТИТУТА.

Выполнила студентка группы СПД 105 Наиля Булатовна