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.

Основная часть

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 соот ветствии с их подготовленностью и с учетом желания заниматься во лейболом.

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.

Организация учебно-тренировочной работы

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

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