

## **Аннотация адаптированной рабочей программы дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту»**

**Цель дисциплины:** формирование комплекса знаний, умений и навыков, направленных на использование разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности

### **Задачи дисциплины:**

- формирование способности использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
- сформировать у студентов устойчивую положительную мотивацию к учебным занятиям, участию в соревнованиях и научно-практических конференциях по физической культуре.
- развивать у студентов знания по теории, истории и методике физической культуры на основе инновационных технологий обучения.
- обучить студентов практическим умениям и навыкам занятий различными видами спорта, современными двигательными и оздоровительными системами.
- сформировать у студентов готовность применять спортивные и оздоровительные технологии для достижения высокого уровня физического здоровья и поддержания его в процессе обучения в вузе, дальнейшей профессиональной деятельности.
- развивать у студентов индивидуально-психологические и социально-психологические качества и свойства личности, необходимые для успешной учебной и профессиональной деятельности.

### **Содержание дисциплины:**

В результате освоения дисциплины, обучающиеся изучают следующие темы:

**Тема 1. Игровые виды спорта (баскетбол, волейбол, футбол)**

**Тема 2. Легкая атлетика**

**Тема 3. Единоборства**

**Тема 4. Плавание**

**Тема 5. Аэробика и фитнес аэробика**

**Тема 6. Физическая рекреация**

**Тема 7. Атлетическая гимнастика**

**Тема 8. Настольный теннис**

**Объем дисциплины - 328 ч.**

**Форма промежуточного контроля – зачет.**