

**Аннотация рабочей программы дисциплины**  
**Элективные курсы по физической культуре и спорту**

**Цель дисциплины**

**Целью** освоения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

**Задачи**

- 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.

**Основные вопросы:**

- Игровые виды спорта
- Легкая атлетика
- Единоборства
- Плавание
- Аэробика и фитнес аэробика
- Физическая рекреация
- Атлетическая гимнастика:
- Настольный теннис:

**Объем дисциплины 328 часов**

**Форма промежуточного контроля - зачет**