

Аннотация рабочих программ дисциплин «Элективные курсы по физической культуре и спорту»

Целью элективных курсов 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 обучающихся устойчивую положительную мотивацию к учебным занятиям, участие в соревнованиях и научно-практических конференциях по физической культуре.

— развивать у обучающихся знания по теории, истории и методике физической культуры на основе инновационных технологий обучения.

— обучить обучающихся практическим умениям и навыкам занятий различными видами спорта, современными двигательными и оздоровительными системами.

— сформировать у обучающихся 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 обучающихся индивидуально-психологические и социально-психологические качества и свойства личности, необходимые для успешной учебной и профессиональной деятельности.

Содержание элективных курсов по физической культуре и спорту

В результате освоения курсов, обучающиеся изучают следующие дисциплины:

Игровые виды спорта (баскетбол, волейбол, футбол)

Легкая атлетика

Единоборства

Плавание

Аэробика и фитнес аэробика

Физическая рекреация

Атлетическая гимнастика

Настольный теннис

Адаптивная физическая культура и спорт

Объем - 328 ч.

Форма промежуточного контроля – зачет.