

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

## **1. Цель дисциплины**

Целью освоения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» является 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.

## **2. Задачи дисциплины**

- сформировать у обучающихся способности использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;
- сформировать у обучающихся устойчивую положительную мотивацию к учебным занятиям, участию 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 учащихся практическим умениям и навыкам занятий различными видами спорта, современным двигательным и оздоровительным системам;
- 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.

## **3. Содержание дисциплины**

В результате освоения дисциплины, обучающиеся изучат теоретический и практический материал по следующим темам:

1. Модуль №1. Игровые виды спорта: Баскетбол; Волейбол; Футбол;
2. Модуль №2. Легкая атлетика;
3. Модуль №3 Единоборства;
4. Модуль № 4 Плавание;
5. Модуль № 5 Аэробика и фитнес аэробика;
6. Модуль №6 Физическая рекреация;
7. Модуль № 7 Атлетическая гимнастика;
8. Модуль №8 Настольный теннис;

## **4. Объем дисциплины**

Объем дисциплины 328 часов. Дисциплина изучается на 1, 2, 3 курсах в 1, 2, 3, 4, 5 и 6 семестрах. По итогам изучаемого курса студенты сдают зачет.