

## **Аннотация рабочей программы дисциплины «ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ»**

**ЦЕЛЬ 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 ДИСЦИПЛИНЫ**

- 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**

1. Строевые упражнения
2. Общеразвивающие упражнения (ОРУ)
3. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП).
4. Комплекс упражнений, способствующих развитию физических качеств и навыков, необходимых для успешной работы по специальности.
5. Легкая атлетика
6. Баскетбол
7. Волейбол
8. Подвижные игры
9. Плавание
10. Легкая атлетика
11. Баскетбол
12. Футбол
13. Волейбол

**ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ** – 328 часов.

**ФОРМА ПРОМЕЖУТОЧНОГО КОНТРОЛЯ** – зачет.