

Аннотация 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;
- формирование устойчивой положительной мотивации к учебным занятиям, участию в соревнованиях и научно-практических конференциях по физической культуре;
- развитие знаний по теории, истории и методике физической культуры на основе инновационных технологий обучения;
- формирование практических умений и навыков в различных видах спорта;
- формирование готовности применять спортивные и оздоровительные технологии для достижения высокого уровня физического здоровья и поддержания его в процессе обучения в вузе, дальнейшей профессиональной деятельности;
- развитие индивидуально-психологических и социально-психологических качеств и свойств личности, необходимых для успешной учебной и профессиональной деятельности.

Содержание дисциплины:

В результате освоения дисциплины, обучающиеся изучают следующие темы:

1. Игровые виды спорта (баскетбол, волейбол, футбол)
2. Легкая атлетика
3. Единоборства
4. Плавание
5. Аэробика и фитнес аэробика
6. Физическая рекреация
7. Атлетическая гимнастика
8. Настольный теннис

Объем дисциплины - 328 часов.

Форма промежуточного контроля – зачет.