

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.

- 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:

В результате освоения дисциплины, обучающиеся изучают следующие темы:

Тема 1. Игровые виды спорта (баскетбол, волейбол, футбол)

Тема 2. Легкая атлетика

Тема 3. Единоборства

Тема 4. Плавание

Тема 5. Аэробика и фитнес аэробика

Тема 6. Физическая рекреация

Тема 7. Атлетическая гимнастика

Тема 8. Настольный теннис

Объем дисциплины - 328 ч.

Форма промежуточного контроля – зачет.