

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

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.

Задачи

- 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.

Модуль.

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

Модуль 2. Легкая атлетика

Модуль 3. Единоборства

Модуль 4. Плавание

Модуль 5. Аэробика и фитнес аэробика

Модуль 6. Физическая рекреация

Модуль 7. Атлетическая гимнастика

Модуль 8. Настольный теннис

Объем дисциплины - 328 ч.

Форма промежуточного контроля – зачет.