

**Аннотация рабочей программы дисциплины  
«Элективные курсы по физической культуре и спорту: Атлетическая гимнастика»**

**Цель дисциплины:** 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 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 обучающихся практическим умениям и навыкам занятий различными видами спорта, современными двигательными и оздоровительными системами.

— 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.

**Содержание дисциплины.** В результате освоения дисциплины, обучающиеся изучат теоретический и практический материал по следующим темам: Вводное занятие; Общеразвивающие упражнения (ОРУ); Общая физическая подготовка (ОФП); Общеразвивающие упражнения (ОРУ); Общая физическая подготовка (ОФП); Специальная физическая подготовка; Обучение техники выполнения рывка гири; Обучение техники выполнения толчка двух гирь; Совершенствование; Совершенствование техники выполнения рывка гири. 20кг, 24 кг, 32кг.

**Объем дисциплины - 9 з.е.**

**Форма промежуточного контроля – зачет.**