

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

1 Цель и задачи освоения дисциплины

Целью освоения 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.

Изучение дисциплины предполагает решение следующих задач:

1. Сформировать у студентов устойчивую положительную мотивацию к учебным занятиям, участию в соревнованиях и научно-практических конференциях по физической культуре.
2. Развивать у студентов знания по теории, истории и методике физической культуры на основе инновационных технологий обучения.
3. Обучить студентов практическим умениям и навыкам занятий различными видами спорта, современными двигательными и оздоровительными системами.
4. 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.
5. Развивать у студентов индивидуально-психологические и социально-психологические качества и свойства личности, необходимые для успешной учебной и профессиональной деятельности.

2. Содержание дисциплины

В результате освоения дисциплины обучающиеся изучают практический материал в форме элективных практических занятий (по выбору). Студентами выбирается вид спорта из следующего перечня: аэробика, баскетбол, бокс, волейбол, гиревой спорт, легкая атлетика, настольный теннис, плавание, борьба самбо, футбол и отделение общей физической подготовки. Для студентов имеющих отклонения в состоянии здоровья предусмотрены занятия в специальной медицинской группе.

3. Трудоемкость дисциплины и форма промежуточной аттестации

Объем дисциплины 328 часов. Дисциплина изучается на 1, 2, 3 курсе, в 1, 2, 3, 4, 5, 6 семестре. По итогам каждого семестра студенты сдают зачет.