

## **АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **«ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ: Настольный теннис. Дартс»**

#### **Цель и задачи дисциплины**

Цель дисциплины «**Элективные курсы по физической культуре и спорту: Настольный теннис. Дартс**» - создать оптимальные условия для формирования у обучающихся способностей использовать методы и средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

**Задачи дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту: Настольный теннис. Дартс»:**

- понимать социальную значимость физической культуры и спорта в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- изучить научно-биологические, педагогические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни;
- сформировать мотивационно-ценностное отношение к физической культуре, установку на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и привычку к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
- приобрести личный опыт повышения двигательных и функциональных возможностей организма, обеспечить общую и профессионально-прикладную физическую подготовленность к будущей профессии и быту;
- создать основу для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

#### **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы**

<b>Код компетенции</b>	<b>Содержание компетенции</b>	<b>Планируемые результаты обучения по дисциплине</b>
<b>ОК-8</b>	способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональн	Знать (2) <sup>1</sup> – содержание и направленность различных систем физических упражнений, их оздоровительную и развивающую эффективность, значение ведения здорового образа жизни средствами физической культуры в процессе физкультурно-спортивных занятий
		Уметь (2) – использовать понятийный аппарат физической культуры и спорта, формулировать конкретные задачи профессиональной деятельности, планировать и проводить основные виды занятий, формулировать конкретные задачи обучения и воспитания

<sup>1</sup> (1) – в скобках указан этап формирования компетенции из таблицы в п.7.2 (здесь и далее в таблице)

<b>Код компетенции</b>	<b>Содержание компетенции</b>	<b>Планируемые результаты обучения по дисциплине</b>
	ой деятельности	Владеть (2) – теоретическими и методическими основами организации и проведения занятий, навыками физического совершенствования

### Содержание дисциплины

<b>Наименование тем (разделов)</b>
<b>Элективный курс по физической культуре и спорту: Настольный теннис</b>
Раздел 1. Теоретическая подготовка и техника безопасности
Раздел 2. Общая и специальная физическая подготовка
Раздел 3. Техническая подготовка
Раздел 4. Тактическая подготовка
<b>Элективный курс по физической культуре и спорту: Дартс</b>
Раздел 1. Теоретическая подготовка и техника безопасности
Раздел 2. Общая и специальная физическая подготовка
Раздел 3. Техническая подготовка.
Раздел 4. Тактическая подготовка

**Форма контроля – зачет.**