

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

| Код компетенции | Содержание компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине |
|------------------------|--|--|
| ОК-8 | способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональн | Знать (2) ¹ – 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 |

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

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

Содержание дисциплины

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