

**АННОТАЦИЯ**  
**рабочей программы дисциплины «Элективный курс по физической культуре**  
**(прикладная физическая культура) по направлению подготовки 44.03.02**  
**«Психолого-педагогическое образование»**

**1. Цели освоения дисциплины:**

- формирование физической культуры личности, наличие которой обеспечивает готовность к социально-профессиональной деятельности, включение в здоровый образ жизни, систематическое физическое самосовершенствование.

**2. Планируемые результаты освоения дисциплины:**

ОК-8 - способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

**3. Требования к результатам освоения дисциплины.**

В результате освоения дисциплины студент должен:

**знать:** о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; место физической культуры в общекультурной и профессиональной подготовке специалиста; законодательство Российской Федерации в области физической культуры и спорта; методику профессионально-прикладной физической подготовки и самостоятельных занятий различной целевой направленности;

**уметь:** самостоятельно работать с учебной, справочной и учебно-методической литературой; Осуществлять выбор информационной технологии для повышения эффективности своей деятельности. Осуществлять в сети Интернет поиск необходимой информации. Использовать физкультурно-спортивную деятельность для укрепления здоровья; достигать жизненных и профессиональных целей. Уметь самостоятельно проводить занятия по укреплению здоровья, совершенствованию физического развития и физической подготовленности, как в условиях учебной деятельности, так и в различных формах активного отдыха и досуга. Творчески использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития физического совершенствования и формирования здорового образа и стиля жизни;

**владеть:** средствами и методами укрепления индивидуального здоровья и физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности; Практическими навыками здорового образа и стиля жизни; Методами оценки и контроля физического развития, физической и функциональной подготовленности.

**4. Содержание дисциплины:**

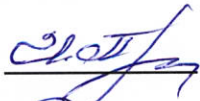

Овладение техникой передвижений и стоек. Стойка игрока. Передвижение шагами, выпадами, прыжками. Исходная, при подаче стойки теннисиста, основные положения при подготовке и выполнении основных приемов игры.

Овладение техникой ударов и подач. Удар без вращения мяча («толчок») справа, слева. Тренировки ударов сложных подач, занятия с отягощениями на руку.

Имитация перемещений с выполнением ударов. Игра в «крутиловку» вправо и влево. Игра на счет из одной, трех партий. Тактика игры с разными противниками.

**Разработчик: доцент кафедры сервиса и туризма Еникеев М.Р.**

**Заведующий кафедрой сервиса и туризма**  
**Начальник учебно-методического**  
**управления**

 **И.С. Пудякова**  
 **Н.И. Скоморохова**