

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Худин Александр Николаевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 13.02.2018 15:11:44

Уникальный программный ключ:

08303ad8de1c60b987361de7085acb509ac3da143f415362ffaf0ae37e77fa19

Современные направления физкультурно-спортивной деятельности

Программа даёт базовые понятия для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

Цель программы: формирование основных составляющих профессионализма и совершенствование спортивной подготовки на основе современного вида физкультурно-спортивной деятельности.

Задачи изучения дисциплины: понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности; знание естественно-научных, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни; формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом; овладение 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; приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту.

В программу органично включаются вопросы, последовательно раскрывающие теоретические и практические аспекты современных направлений физкультурно-спортивной деятельности.

Планируемые результаты:

Знать: требования к организации и проведению соревнований по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности.

Уметь: рассматривать физическую культуру и спорт в качестве составного элемента концепции здорового образа жизни.

Владеть: навыками определения основных форм, специфики и закономерностей развития направлений физкультурно-спортивной деятельности.