

**Аннотация рабочей программы элективной дисциплины по физической культуре и спорту
«Спортивные игры»**

**Для специальности 24.05.01 Проектирование, производство и эксплуатация ракет
и ракетно-космических комплексов**

**Направленность (профиль) программы специалитета: Эксплуатация стартовых и
технических комплексов и систем жизнеобеспечения**

1. Цели и задачи освоения дисциплины

Цель дисциплины: 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.

Задачи дисциплины:

- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях 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;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины и индикаторы их достижения

Универсальные компетенции и индикаторы их достижения

Категория (группа) универсальных компетенций	Код и наименование универсальной компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ИД-1 _{УК-7} Знать: - виды физических упражнений; - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества; - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек и здорового образа и стиля жизни. ИД-2 _{УК-7} Уметь: - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки; - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни. ИД-3 _{УК-7} Владеть: - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

3. Содержание дисциплины (модуля)

Элективная дисциплина «Спортивные игры» включает практические занятия по баскетболу и волейболу, содействующие приобретению опыта творческой практической деятельности в данном виде спорта, в целях достижения физического совершенства, повышения уровня функциональных и двигательных способностей, направленному формированию качеств и свойств личности.

Практические занятия по спортивным играм

Тема 1. Баскетбол. Изучение техники и тактики игры в баскетбол. Общая физическая и специальная физическая подготовка баскетболиста.

Тема 2. Баскетбол. Совершенствование техники и тактики игры в баскетбол. Общая

физическая и специальная физическая подготовка баскетболиста.

Тема 3. Волейбол. Изучение техники и тактики игры в волейбол. Общая физическая и специальная физическая подготовка волейболиста.

Тема 4. Волейбол. Совершенствование техники и тактики игры в волейбол. Общая физическая и специальная физическая подготовка волейболиста.

Тема 5. Волейбол. Учебная игра