

Элективные курсы по физической культуре

Учебно-методический комплекс дисциплины (УМКД) «Элективные курсы по физической культуре» включает рабочую программу и учебно-методические материалы дисциплины. УМКД разработан в соответствии с требованиями ФГОС ВО, предъявляемыми при подготовке студентов по специальности 51.03.01 Культурология.

Целью учебной дисциплины является формирование физической культуры личности и обеспечение психофизической готовности к будущей профессиональной деятельности. В результате изучения дисциплины студент должен: понимать роль физической культуры в развитии человека; знать основы физической культуры и здорового образа жизни; владеть системой знаний, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья; развивать и совершенствовать психофизические способности и качества (с выполнением установленных нормативов по общей физической и спортивно-технической подготовке; приобрести личный опыт использования физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей.