

**Аннотация к рабочей программе
дисциплины (модуля) по физической культуре и спорту:
«Настольный теннис»**

Направление подготовки – *46.03.02 Документоведение и архивоведение*

Направленность (профиль) – *«Документационное обеспечение управления»*

Уровень высшего образования – *бакалавриат*

Форма обучения – *очная, заочная*

Год начала подготовки – 2019

Цель изучения дисциплины	Формирование физической культуры личности и способности направленного использования настольного тенниса для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности
Задачи	<ul style="list-style-type: none">- понимать социальную значимость физической культуры, в том числе настольного тенниса, и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;- знать научно-биологические и практические основы занятий по настольному теннису для поддержания здорового образа жизни;- формирование мотивационно-ценностного отношения к занятиям настольным теннисом с установкой на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями;- овладение системой практических умений и навыков по настольному теннису, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности;- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей с помощью занятий настольным теннисом, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений
Темы дисциплины	Обучение и совершенствование техники подачи и приёма мяча. Обучение и совершенствование техники нападающего удара. Совершенствование технических приёмов в двухсторонней игре. Изучение правил игры в настольный теннис. Перемещения в стойке.