

**Аннотация к рабочей программе учебной дисциплины  
«Дисциплины (модули) по физической культуре и спорту: настольный теннис»**

Направление подготовки – 38.03.03 Управление персоналом

Направленность (профиль) – «Управление персоналом организации»

Уровень высшего образования – бакалавриат

<b>Цель изучения дисциплины</b>	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.
<b>Задачи</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- понимание социальной значимости физической культуры, в том числе настольного тенниса, и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;</li><li>- знание научно-биологических и практических основ занятий по настольному теннису для поддержания здорового образа жизни;</li><li>- формирование мотивационно-ценностного отношения к занятиям настольным теннисом с установкой на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями;</li><li>- 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;</li><li>- 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;</li><li>- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.</li></ul>
<b>Содержание занятий</b>	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.