



## Первокурснику на заметку: занятия спортом в академии

Спорт является неотъемлемой частью жизни нашего большого студенческого коллектива.

В академии созданы прекрасные условия для занятий физической культурой и спортом в течение всего периода обучения.

Академия располагает 5 специализированными спортивными залами: 2 игровых зала (мини-футбол, гандбол, волейбол, теннис, баскетбол); зал единоборств и атлетической гимнастики; зал бокса, художественной гимнастики и аэробики; зал настольного тенниса.





Во время обучения в академии студенты изучают обязательные курсы «Физическая культура» и «Элективные курсы по физической культуре и спорту».

**Курс «Физическая культура»** предназначен для студентов первого курса всех направлений подготовки. Учебная работа по физической культуре состоит из практического и теоретического разделов. Студенты 1 курса посещают обязательные занятия в объеме 1 часа в неделю. С учетом состояния здоровья и физической подготовленности студенты занимаются в учебных отделениях: основное, подготовительное, специально-медицинское и спортивного совершенствования. Изучается дисциплина в I и II семестрах. Цель курса: последовательное формирование физического и морального здоровья студента, усовершенствование физической и психологической подготовки к активной жизни и профессиональной деятельности; формирование системы теоретических и практических умений в области физической культуры, профилактика заболеваний, овладение навыками по самоконтролю в процессе физкультурно-спортивных занятий.

**«Элективные курсы по физической культуре и спорту»** – это дополнительные обучающие занятия по выбору. «Электив» (англ. elective) – означает выборный, факультативный. Список таких курсов предлагается студентам в начале учебного года. Они дополняют содержание дисциплины, эти занятия дают более глубокие знания, которые невозможно почерпнуть из стандартной программы. Проще говоря, это теория физкультуры и спорта. Учат, как укреплять и сохранять здоровье, правильно развивать организм, как сформировать интерес к физкультуре, что такое ЗОЖ, как правильно тренироваться, как стать тренером, инструктором или судьей и другое.

Данный курс предназначен для студентов первого, второго, третьего курсов всех направлений подготовки. В курсе содержится информация о разных видах спорта.

Целью освоения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» (специализация легкая атлетика, спортивные игры, виды борьбы) является формирование физической культуры личности студенческой молодежи и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

В высших учебных заведениях «Элективные курсы по физической культуре и спорту» представлена как учебная дисциплина и важнейший компонент целостного развития личности.

Студенты всех курсов во второй половине дня могут посещать тренировочные занятия по выбранному виду спорта.

В академии работает 12 спортивно-оздоровительных секций по видам спорта: вольная борьба, бокс, дзюдо, футбол, легкая атлетика, шахматы, волейбол, баскетбол, бадминтон, настольный теннис, аэробика, троеборье.

Ежегодно в спортивных залах академии и на территории академии с целью популяризации здорового образа жизни среди студентов и формированию позитивного отношения к занятиям физической культурой, проводятся различные спортивные мероприятия: веселые старты, первенства общежитий, приз первокурсников по различным видам спорта, легкоатлетические кроссы, легкоатлетическое троеборье.

Студенты академии успешно выступают на соревнованиях различного ранга (внутривузовских, городских, республиканских, международных). На протяжении многих лет наши спортсмены завоевывают немало золотых, серебряных и бронзовых медалей, выступая за свою академию и Республику на различных спортивных аренах и площадках страны и за рубежом.







