АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ
«ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ»

Направление подготовки (специальность)	08.03.01 «Строительство»
Направленность (профиль) подготовки	Промышленное и гражданское строительство
Цель освоения 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 жизни и профессиональной деятельности.
Общая трудоемкость дисциплины	328 часов
Форма промежуточной аттестации	зачет с 2 по 6 семестр
Краткое содержание дисциплины:	*2 семестр* Тема 1. Лыжная подготовка. Техника безопасности на занятиях лыжным спортом. Обучение технике лыжных ходов, подъёмов, спусков и торможений. Тема 2. Общая физическая подготовка. Тема 3. Легкая атлетика. Совершенствование техники бега на короткие и средние дистанции. Развитие общей выносливости. *3 семестр* Тема 1. Легкая атлетика. Развитие общей выносливости и скоростных качеств. Тема 2. Легкая атлетика. Развитие скоростно-силовой выносливости. Тема 3. Совершенствование технических приемов баскетбола и командно-тактических действий. *4 семестр* Тема 1. Совершенствование технических приемов и командно-тактических действий футбола. Тема 2. Легкая атлетика. Совершенствование техники бега на короткие, средние и длинные дистанции. Тема 3. Легкая атлетика. Развитие общей выносливости. *5 семестр* Тема 1. Совершенствование техники бега по прямой дистанции. Совершенствование технике прыжков в длину с места. Тема 2. Совершенствование технических приемов и командно-тактических действий волейбола. *6 семестр* Тема 1. Общая физическая подготовка. Тема 2. Легкая атлетика. Совершенствование двигательных качеств.

Аннотацию рабочей программы составили Миронова Ю.А. доцент _____,

Суслова В.А. доцент _____ .

30 августа 2021 г.