

АННОТАЦИЯ

учебной дисциплины **ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ.**

ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Направление подготовки бакалавров 38.03.06 - «Торговое дело»

Профиль подготовки «Коммерция»

Кафедра коммерции и гостеприимства

с 1 по 6 семестр

Цель изучения 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.
Краткая характеристика учебной дисциплины (основные блоки, темы)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Легкая атлетика. Обучение технике бега на короткие и средние дистанции. 2. Легкая атлетика. Совершенствование техники бега на короткие и средние дистанции. 3. Легкая атлетика. Обучение технике прыжку в длину с места. 4. Техника игры в баскетбол. 5. Плавание. Меры безопасности на воде. Упражнения по освоению с водой. 6. Лыжная подготовка. Техника безопасности на занятиях лыжным спортом. 7. Общая физическая подготовка. 8. Легкая атлетика. Совершенствование техники бега на короткие и средние дистанции. 9. Легкая атлетика. Развитие общей выносливости. 10. Легкая атлетика. Развитие скоростной выносливости, семестр 11. Легкая атлетика. Развитие общей выносливости. 12. Легкая атлетика. Развитие скоростной выносливости. 13. Легкая атлетика. Развитие скоростно-силовой выносливости. 14. Технические приемы баскетбола. 15. Технические приемы футбола. 16. Легкая атлетика. Совершенствование техники бега на короткие и средние 17. Легкая атлетика. Развитие общей выносливости. 18. Совершенствование техники бега по прямой дистанции. Совершенствование технике прыжков в длину с места. 19. Технические приемы волейбола. 20. Общая физическая подготовка.
Компетенции, формируемые в результате освоения учебной дисциплины	ОК-7 «способность поддерживать должный уровень физической подготовки для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности»
Наименование дисциплин, необходимых для освоения данной учебной дисциплины	Для изучения дисциплины необходимы знания, умения и компетенции полученные обучающимися в средней общеобразовательной школе
Знания, умения, навыки, получаемые в процессе	Знать: научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни.

изучения дисциплины:	Уметь: использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни. Владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.
Используемые инструментальные и программные средства:	спортивный инвентарь, мячи волейбольные, баскетбольные, футбольные, набивные; коврики, гантели, скакалки, гимнастические палки, обручи, тренажеры и другой специальный инвентарь
Формы текущего контроля:	выполнение обязательных и дополнительных тестов по физической подготовленности, выполнение технических приемов игры в баскетбол, футбол и волейбол, участие в двухсторонней игре, рейтинг-контроль.
Форма промежуточного контроля:	зачет

Составитель аннотации

Е.В. Кашицина

Заведующий кафедрой КиГ

О. Б. Ярьев

Председатель учебно-методической комиссии
направления 38.03.06.



О. П. Полоцкая