

## АННОТАЦИЯ

учебной дисциплины **ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ.**

**ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

Направление подготовки бакалавров 38.03.06 - «Торговое дело»

Профиль подготовки «Логистика в торговой деятельности»

Кафедра коммерции и гостеприимства

с 1 по 6 семестр

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

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

Составитель аннотации

Е.В. Кашицина

Заведующий кафедрой КиГ

О. Б. Ярьсь

Председатель учебно-методической комиссии  
направления 38.03.06.



О. П. Полоцкая