

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

<b>Направление подготовки (специальность)</b>	45.03.02 «Лингвистика»
<b>Направленность (профиль) подготовки</b>	Лингвистика
<b>Цель освоения дисциплины</b>	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.
<b>Общая трудоемкость дисциплины</b>	328 часов
<b>Форма промежуточной аттестации</b>	зачет с 2 по 6 семестр
<b>Краткое содержание дисциплины:</b>	<p align="center"><u>2 семестр</u></p> <p>Тема 1. Лыжная подготовка. Техника безопасности на занятиях лыжным спортом. Обучение технике лыжных ходов, подъёмов, спусков и торможений.</p> <p>Тема 2. Общая физическая подготовка.</p> <p>Тема 3. Легкая атлетика. Совершенствование техники бега на короткие и средние дистанции. Развитие общей выносливости.</p> <p align="center"><u>3 семестр</u></p> <p>Тема 1. Легкая атлетика. Развитие общей выносливости и скоростных качеств.</p> <p>Тема 2. Легкая атлетика. Развитие скоростно-силовой выносливости.</p> <p>Тема 3. Совершенствование технических приемов баскетбола и командно-тактических действий.</p> <p align="center"><u>4 семестр</u></p> <p>Тема 1. Совершенствование технических приемов и командно-тактических действий футбола.</p> <p>Тема 2. Легкая атлетика. Совершенствование техники бега на короткие, средние и длинные дистанции.</p> <p>Тема 3. Легкая атлетика. Развитие общей выносливости.</p> <p align="center"><u>5 семестр</u></p> <p>Тема 1. Совершенствование техники бега по прямой дистанции. Совершенствование технике прыжков в длину с места.</p> <p>Тема 2. Совершенствование технических приемов и командно-тактических действий волейбола.</p> <p align="center"><u>6 семестр</u></p> <p>Тема 1. Общая физическая подготовка.</p> <p>Тема 2. Легкая атлетика. Совершенствование двигательных качеств.</p>

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

Сулова В.А., доцент .

*24.06.2022*