


**АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ**

Направление подготовки (специальность)	49.03.01 «Физическая культура»
Направленность (профиль) подготовки	Спортивный менеджмент
Цель освоения дисциплины	Целью освоения дисциплины «физическая культура и спорт» является содействие формированию физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.
Общая трудоемкость дисциплины	Трудоемкость дисциплины составляет: 2 зачетные единицы, 72 часа очная форма обучения, заочная форма обучения
Форма промежуточной аттестации	Зачёт
Краткое содержание дисциплины:	<p>I. Здоровьесберегающие основы физической культуры.</p> <p>Тема 1. Здоровьесберегающие основы занятий физической культурой.</p> <p>Тема 2. Особенности развития и совершенствования основных двигательных качеств.</p> <p>Тема 3. Правила безопасности на занятиях физической культурой</p> <p>II. Совершенствование основных физических качеств средствами общей физической подготовки.</p> <p>Тема 4. Разработка комплексов утренней гигиенической гимнастики и игровых комплексов для занятий физической культурой.</p> <p>Тема 5. Выполнение упражнений, способствующих развитию основных физических качеств.</p> <p>Тема 6. Реализация на практике самостоятельных занятий физической культурой для поддержания нормального физического состояния</p> <p>III. Самоконтроль физической подготовленности.</p> <p>Тема 7. Овладение средствами и методами самоконтроля физической подготовленности.</p> <p>Тема 8. Проведение самоконтроля уровня физической подготовленности.</p> <p>IV. Тестирование уровня физической подготовленности</p>

Аннотацию рабочей программы составил преподаватель Гладышева А.М. 
(ФИО, должность, подпись)