

Аннотация дисциплины

Наименование дисциплины	Физкультурно-спортивная подготовка: 1.Баскетбол 2.Волейбол 3.Настольный теннис 4.Гиревой спорт 5.Лыжные гонки
Формируемые компетенции (части компетенций)	УК-7
Задачи дисциплины	<p>- овладение пониманием роли физической культуры в формировании здоровья человека, знаний основ организации двигательной активности как основного компонента здорового образа жизни, знаний средств и методов определения индивидуального уровня здоровья и его коррекции средствами физической культуры;</p> <p>- формирование умения соблюдать нормы здорового образа жизни, выбирать системы физических упражнений для воздействия на определенные функциональные системы организма человека, применять методы дозирования физических упражнений в зависимости от состояния здоровья, физического развития и физической подготовленности, выбирать вид спорта или систему физических упражнений для воздействия на определенные функциональные системы организма человека, коррекции телосложения, развития физических качеств в зависимости от физической подготовленности;</p> <p>- развитие навыков технического выполнения контрольных упражнений и результативно выполнять их, основ методики самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма, поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдать нормы здорового образа жизни.</p>
Основные разделы / темы дисциплины	<p>Раздел 1 Теоретическая подготовка</p> <p>Раздел 2 Общая и специальная физическая подготовка</p> <p>Раздел 3 Техничко-тактическая подготовка</p> <p>Раздел 4 Соревновательная деятельность</p> <p>Раздел 5 Самоконтроль за состоянием здоровья в процессе занятий физическими упражнениями</p>
Форма промежуточной аттестации	Зачет

Очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины	204 акад. час.						
	Семестр	Аудиторная нагрузка, час.			СРС, ч	ИКР, ч	Промеж уточная аттестац ия, ч
		Лекции	Пр. занятия	Лаб. работы			
3,4 (5,6)	-	204	-	-	-	-	