

## **АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ Б1.Б.20 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»**

**Автор:** старший преподаватель А.Е.Данюшевский

**Код и наименование направления подготовки:** 38.03.02 Менеджмент

**Профиль:** Инвестиционный менеджмент

**Квалификация (степень) выпускника:** бакалавр

**Форма обучения:** очно-заочная

### **Цель освоения дисциплины:**

Сформировать компетенции

- УК ОС-7 Способность поддерживать уровень физического здоровья, достаточного для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
- УК ОС-8 Способность создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций

### **План курса:**

**Раздел 1. Легкая атлетика и профессионально-прикладная физическая подготовка**

Тема №1. Прыжковые упражнения.

Тема № 2. Беговые упражнения

Тема № 3. Метательные упражнения.

Тема № 4. Упражнения для физкультурной паузы и повышения работоспособности.

**Раздел 2. Гимнастика и атлетическая подготовка**

Тема № 5. Общеразвивающие упражнения.

Тема № 6. Силовые упражнения.

Тема № 7 Упражнения на развитие ловкости и скоростно-силовую выносливость.

**Раздел 3. Игровые виды спорта.**

Тема № 8. Волейбол.

Тема № 9. Баскетбол.

### **Формы текущего контроля и промежуточной аттестации:**

**В ходе реализации дисциплины Б1.Б.20 Физическая культура и спорт используются следующие методы текущего контроля успеваемости обучающихся:**

При проведении занятий практического типа: контроль осуществляется по средствам дачи контрольных и промежуточных тестов (нормативов), а также тестов спортивно-технического характера.

При контроле результатов самостоятельной работы контроль осуществляется в устных ответах на вопросы.

**Промежуточная аттестация: зачет**

**Основная литература:**

- 1 Бегидова Т.П. Основы адаптивной физической культуры. М. Юрайт, 2017 <https://www.biblio-online.ru/book/2B7A64A5-0F1A-4365-8987-4E59F8984293>
- 2 Бурухин С.В. Методика обучения физической культуре. Учебное пособие. М. Юрайт, 2017 <https://www.biblio-online.ru/book/14196757-B335-4A89-A5EC-B4CE2CA97836>
- 3 Германов Г.Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры 2-е изд., пер. и доп. Учебное пособие для бакалавриата и магистратуры. М.: Юрайт, 2017 <https://www.biblio-online.ru/book/32F832B3-F0AD-49CF-9462-96D21FF6FC9A>

