

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту (фитнес-аэробика)

наименование дисциплин (модуля)/практики

Автор: старший преподаватель Спиридонов В.В.

Код и наименование направления подготовки, профиля:

38.03.01 Экономика, Региональная экономика

Квалификация (степень) выпускника: бакалавр

Форма обучения: заочная

Цель освоения дисциплины: сформировать этап компетенции УК-ОС-7, УК ОС-8.

План курса:

Тема 1 Классическая аэробика

Тема 2 Степ-аэробика

Тема 3 Функциональная тренировка

Тема 4 Хореографическая подготовка

Тема 5 Подготовка к показ. выступлениям

Тема 6 Прикладно-ориентированная подготовка

Тема 7 Специальная физическая подготовка

Тема 8 Общая физическая подготовка

Формы текущего контроля и промежуточной аттестации:

Формы текущего контроля успеваемости: упражнения.

Форма промежуточной аттестации, отражающая формирование компетенции на уровне данной дисциплины: зачет.

Основная литература:

Гигиена физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебник/ В.А. Маргазин [и др.].— Электрон. текстовые данные.— СПб.: СпецЛит, 2013.— 200 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru.ezproxy.ranepa.ru:3561/45673>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

Физическая культура [Электронный ресурс]: учебно-методический комплекс для студентов основной группы по направлениям подготовки: 51.03.06 (071900) «Библиотечно-информационная деятельность»; 09.03.03 (230700) «Прикладная информатика»; 51.03.02 (071500) «Народная художественная культура»; 51.03.03 (071800) «Социально-культурная деятельность»; 51.03.01 (033000) «Культурология»; 51.03.04 (073900) «Музеология и охрана объектов культурного и природного наследия», квалификация (степень) «бакалавр»/ — Электрон. текстовые данные.— Кемерово: Кемеровский государственный институт культуры, 2014.— 95 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru.ezproxy.ranepa.ru:3561/29721>.— ЭБС «IPRbooks»,