

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Петренко Вячеслав Иванович

Должность: и.о. директора Института цифрового развития

Дата подписания: 19.09.2022 17:55:49

Уникальный программный ключ:

b47f96eea65a16e2479fabf7fb0b10000e7ad49

Аннотации дисциплин

Наименование дисциплины	Элективные дисциплины по физической культуре и спорту
Краткое содержание	Легкая атлетика. Бег на средние и длинные дистанции. Легкая атлетика. Бег 100 , ОФП. ОФП, ППФП и подвижные игры. Баскетбол. Волейбол. Легкая атлетика. Бег на средние и длинные дистанции. Легкая атлетика. Бег 100 , ОФП. ОФП, ППФП и подвижные игры. Легкая атлетика. Бег на средние и длинные дистанции. Легкая атлетика.
Результаты освоения дисциплины	Выбирает здоровьесберегающие технологии для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности с учетом физиологических особенностей организма и условий жизнедеятельности. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности в профессиональной деятельности. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.
Трудоёмкость (ч.)	246
Формы отчётности	зачет
Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины	
Основная литература	1. Тычинин, Н.В. Элективные курсы по физической культуре и спорту : учебное пособие / Н.В. Тычинин ; Министерство образования и науки РФ, Воронежский государственный университет инженерных технологий. – Воронеж : Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2017. – 65 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=482033 (дата обращения: 17.03.2022). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-00032-250-5. – Текст : электронный.
Дополнительная литература	1. Шамрай, С.Д. Физическая культура : учебное пособие : [16+] / С.Д. Шамрай, И.В. Кивихарью ; Высшая школа народных искусств (институт). – Санкт-Петербург : Высшая школа народных искусств, 2016. – 106 с. : табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=499657 (дата обращения: 17.03.2022). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-906697-32-5. – Текст : электронный.