Подписан: Петренко Вячеслав Иванович
Дата: 2023-08-26 12:11:00
Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Петренко Вячеслав Иванович
Должность: и.о. директора Института цифрового развития
Дата подписания: 05.07.2024 11:02:26
Уникальный программный ключ:
b47f96eeadc6e1c79f94bf7fb0b10000e7ad4d

Аннотация дисциплины

Наименование дисциплины	Элективные дисциплины по физической культуре и спорту
Содержание	Диагностика физической подготовленности студентов. Диагностика функционального состояния организма студентов. Легкая атлетика: бег на средние и длинные дистанции (развитие общей выносливости). ОФП, ППФП, гимнастика, подвижные игры. Учебно-тренировочный модуль по выбору (спортивные игры, оздоровительные системы и практики). Легкая атлетика: (подготовка в беге на 100 м, 2000 м – жен., 3000 м – муж.), ОФП. Контрольные испытания по физической подготовленности студентов, как результат их деятельности
Реализуемые компетенции	УК-7
Результаты освоения дисциплины	**Код компетенции** УК-7 - **знать** теоретические и методико-практические основы физической культуры; основные методы и средства физической культуры для укрепления здоровья и успешной профессиональной деятельности; научно-практические основы формирования здорового образа жизни. - **уметь** использовать средства и методы физической культуры для укрепления здоровья, профессионально-личностного развития и физического самосовершенствования; демонстрировать приверженность к здоровому образу и стилю жизни. - **владеть** способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
Трудоемкость, з.е.	
Форма отчетности	Зачет 2, 4, 6 семестр
Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины	
Основная литература	1. Шарина, Е. П. Физическая культура и спорт: теоретические основы Электронный ресурс / Шарина Е. П., Чумаш В. В., Москальонова Н. А. - Владивосток : ВГУЭС, 2018. - 256 с. - ISBN 978-5-9736-0507-0, экземпляров неограничено
Дополнительная литература	1. Психология физической культуры : учебник / под общ. ред. Б.П. Яковлева, Г.Д. Бабушкина. - Москва : Спорт, 2016. - 624 с. http://www.iprbookshop.ru/55586.html 2. Мрочко О.Г. Физическая культура [Электронный ресурс] : методические рекомендации по подготовке рефератов / О.Г. Мрочко. — Электрон. текстовые данные. — М. : Московская государственная академия водного транспорта, 2016. — 30 с. — 2227-8397. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/65688.html