

АННОТАЦИЯ

«Элективные курсы по физической культуре и спорту»

Легкая атлетика

Ожидаемые результаты	<p>Учебная дисциплина обеспечивает овладение следующими компетенциями:</p> <p>ОК-7 (способность к самоорганизации и самообразованию);</p> <p>ОК-8 (способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности);</p> <p>ОК-9 (способность использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций);</p> <p>ПК-9 (способностью организовать деятельность малой группы, созданной для реализации конкретного экономического проекта).</p>
Содержание курса	<p>Бег на короткие дистанции – техника, методика обучения и правила соревнований. Бег на средние дистанции - техника, методика обучения и правила соревнований. Бег на длинные дистанции - техника, методика обучения и правила соревнований. Прыжок в длину – техника, методика обучения и правила соревнований. Прыжок в высоту – техника, методика обучения и правила соревнований. Метание спортивного снаряда (мяча) - техника, методика обучения и правила соревнований. Выполнение нормативов общей физической подготовки и ГТО.</p>
Промежуточная аттестация	Зачет

Мини-футбол

Ожидаемые результаты	<p>Учебная дисциплина обеспечивает овладение следующими компетенциями:</p> <p>ОК-7 (способность к самоорганизации и самообразованию);</p> <p>ОК-8 (способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности);</p> <p>ОК-9 (способность использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций);</p> <p>ПК-9 (способностью организовать деятельность малой группы, созданной для реализации конкретного экономического проекта).</p>
Содержание курса	<p>Техника ведения остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу. Развитие скоростно-силовых качеств. Техника ведения, остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу. Развитие быстроты. Техника ведения остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу. Технические и тактические действия игроков в нападении.</p>

	Технические и тактические действия игроков в обороне. Учебная двухсторонняя игра. Выполнение нормативов общей физической подготовки и ГТО.
Промежуточная аттестация	Зачет

Гимнастика

Ожидаемые результаты	Учебная дисциплина обеспечивает овладение следующими компетенциями: ОК-7 (способностью к самоорганизации и самообразованию); ОК-8 (способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности); ОК-9 (способность использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций); ПК-9 (способностью организовать деятельность малой группы, созданной для реализации конкретного экономического проекта).
Содержание курса	Строевые упражнения и упражнения ОФП - техника, методика обучения. Упражнения с гимнастическими предметами (скакалка, гимнастическая скамейка и др.) – техника, методика обучения. Акробатические упражнения – техника, методика обучения и правила соревнований. Упражнения ритмической гимнастики - техника, методика обучения и правила соревнований. Атлетическая гимнастика – техника, методика обучения и правила соревнований. Выполнение нормативов общей физической подготовки и ГТО.
Промежуточная аттестация	Зачет