

**АННОТАЦИЯ**  
**«Элективные курсы по физической культуре и спорту»**

**Гимнастика**

Ожидаемые результаты	Учебная дисциплина обеспечивает овладение следующими компетенциями: ОК-8 (способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности); ПК-9 (знание нормативно-правовой базы безопасности и охраны труда, основ политики организации по безопасности труда, основ оптимизации режимов труда и отдыха с учетом требований психофизиологии, эргономики и эстетики труда для различных категорий персонала, владением навыками расчетов продолжительности и интенсивности рабочего времени и времени отдыха персонала, а также владение технологиями управления безопасностью труда персонала и умение применять их на практике).
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

**Легкая атлетика**

Ожидаемые результаты	Учебная дисциплина обеспечивает овладение следующими компетенциями: ОК-8 (способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности); ПК-9 (знание нормативно-правовой базы безопасности и охраны труда, основ политики организации по безопасности труда, основ оптимизации режимов труда и отдыха с учетом требований психофизиологии, эргономики и эстетики труда для различных категорий персонала, владением навыками расчетов продолжительности и интенсивности рабочего времени и времени отдыха персонала, а также владение технологиями управления безопасностью труда персонала и умение применять их на практике).
Содержание курса	Бег на длинные дистанции - техника, методика обучения и правила соревнований. Бег на средние дистанции - техника, методика обучения и правила соревнований. Эстафетный бег -

	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.
Промежуточная аттестация	Зачет

### Мини-футбол

Ожидаемые результаты	Учебная дисциплина обеспечивает овладение следующими компетенциями: ОК-8 (способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности); ПК-9 (знание нормативно-правовой базы безопасности и охраны труда, основ политики организации по безопасности труда, основ оптимизации режимов труда и отдыха с учетом требований психофизиологии, эргономики и эстетики труда для различных категорий персонала, владением навыками расчетов продолжительности и интенсивности рабочего времени и времени отдыха персонала, а также владение технологиями управления безопасностью труда персонала и умение применять их на практике).
Содержание курса	Техника ведения остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу. Развитие скоростно-силовых качеств. Техника ведения, остановки и отбора мяча. Развитие быстроты. Техника ведения остановки и отбора мяча. Технические и тактические действия игроков в нападении. Технические и тактические действия игроков в обороне. Учебная двухсторонняя игра. Выполнение нормативов общей физической подготовки и ГТО.
Промежуточная аттестация	Зачет