

**АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ  
«Физическое воспитание»**

по основной профессиональной образовательной программе по направлению подготовки  
38.03.02 «Менеджмент» (уровень прикладного бакалавриата)

**Направленность (профиль):** Управление малым бизнесом

**Общий объем дисциплины – 0 з.е. (328 часов)**

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен обладать следующими компетенциями:**

- ОК-7: способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

**Содержание дисциплины:**

Дисциплина «Физическое воспитание» включает в себя следующие разделы:

**Форма обучения заочная. Семестр 10.**

**Объем дисциплины в семестре – 0 з.е. (164 часов)**

**Форма промежуточной аттестации – Зачет**

**1. Подвижные игры..** Основы техники безопасности на занятиях спортивными играми.

Баскетбол. Занятия по баскетболу включают: общую физическую подготовку, специальную физическую подготовку (упражнения для развития, силы, быстроты, общей и скоростной выносливости, прыгучести, гибкости, скоростной реакции, упражнения для развития ориентировки); освоение техники передвижений, остановки и поворотов без мяча и с мячом, передачи мяча одной и двумя руками на месте и в движении, ловли мяча одной и двумя руками, ведения мяча, обводка противника, бросков мяча с места, в движении, одной и двумя руками. Осваиваются: обманные движения (финты), финт на проход, финт на бросок в корзину, финт на рывок; техника защиты; техника перемещений (основная, защитная стойка и все виды перемещений защитника), техника овладения мячом, вырывание и выбивание мяча, перехват; противодействие ведению, проходам, броскам в корзину; овладение мячом, отскочившим от щита. Правила игры и основы судейства.

Волейбол. Занятия включают: изучение, овладение основными приёмами техники волейбола (перемещение, приём и передача мяча, подачи, нападающие удары, блокирование). Совершенствование навыков игры в волейбол. Общая и специальная подготовка волейболиста. Техника и тактика игры..

**Форма обучения заочная. Семестр 9.**

**Объем дисциплины в семестре – 0 з.е. (164 часов)**

**Форма промежуточной аттестации – Зачет**

**1. Общая физическая подготовка.** Способность использовать методы и средства физической культуры и спорта для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Техника безопасности на занятиях по общей физической подготовке. Используя средства и методы физической культуры выполняем разминку и упражнения по легкой атлетике: бег на различные дистанции, прыжки в длину с места.

Гимнастика: выполнение упражнений на перекладине и брусьях; упражнения на пресс и гибкость..

Разработал:

старший преподаватель  
кафедры ОФКС

А.М. Поляков

Проверил:

Директор ГИ

В.Ю. Инговатов