

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

по основной профессиональной образовательной программе по направлению подготовки
38.03.01 «Экономика» (уровень бакалавриата)

Направленность (профиль): Цифровые финансы

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

- ОК-8: 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 3.

Объем дисциплины в семестре – 0 з.е. (81 часов)

Форма промежуточной аттестации – Зачет

1. Общефизическая подготовка. Использование методов и средств физической культуры и спорта для обеспечения социальной и профессиональной деятельности. Гимнастика: основы техники безопасности; разминка; комплексы общеразвивающих упражнений; подвижные игры для развития силы, быстроты, выносливости и т.д.

Легкая атлетика: бег на различные дистанции; техника выполнения видов легкой атлетики..

Форма обучения заочная. Семестр 4.

Объем дисциплины в семестре – 0 з.е. (81 часов)

Форма промежуточной аттестации – Зачет

1. Общефизическая подготовка. Использование методов и средств физической культуры и спорта для обеспечения социальной и профессиональной деятельности. Спортивные игры: Основы техники безопасности на занятиях; упражнения для развития силы, быстроты, выносливости, гибкости и т.д.; спортивными играми; игра в баскетбол, волейбол, мини-футбол..

Форма обучения заочная. Семестр 5.

Объем дисциплины в семестре – 0 з.е. (83 часов)

Форма промежуточной аттестации – Зачет

1. Общефизическая подготовка. Плавание: Основы техники безопасности; Начальное обучение плаванию; подвижные игры на воде; освоение техники способов плавания; общая и специальная подготовка пловца..

Форма обучения заочная. Семестр 6.

Объем дисциплины в семестре – 0 з.е. (83 часов)

Форма промежуточной аттестации – Зачет

1. Общефизическая подготовка. Легкая атлетика: разминка, бег на различные дистанции; прыжки в длину с места.

Гимнастика: выполнение силовых упражнений (подтягивание, отжимание); выполнение упражнений на пресс..

Разработал:
старший преподаватель
кафедры ОФКС
Проверил:
Директор ГИ

А.М. Поляков

В.Ю. Инговатов