

**Аннотация
рабочей программы дисциплины
Легкая атлетика**

Специальность: 40.05.02 Правоохранительная деятельность

Специализация: «Административная деятельность»

Год начала подготовки: 2020

Квалификация: Специалист

Трудоемкость: 328 часов

Форма промежуточной аттестации: зачет

Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Дисциплина относится к вариативной части учебного плана и является дисциплиной по выбору.

Содержание дисциплины (тематический план):

1. Легкая атлетика в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся. Основы здорового образа жизни
2. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности обучающегося
3. Социально-биологические основы легкой атлетики
4. Особенности занятий избранным видом спорта
5. Основы методики самостоятельных занятий системами физических упражнений по легкой атлетики.
6. Основы врачебного контроля и самоконтроля при занятиях легкой атлетикой

Изучение дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций:

ОК-9 - способностью организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни

Разработчик: кафедра гуманитарных дисциплин