

**АННОТАЦИЯ
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ
Физическая культура и спорт**

Специальность: 40.05.02 Правоохранительная деятельность

Специализация: «Административная деятельность»

Год начала подготовки: 2020

Квалификация: специалист

Трудоемкость: 2 з.е.

Форма промежуточной аттестации: зачет

Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Дисциплина «Физическая культура и спорт» включена в базовую часть учебного плана.

Содержание дисциплины (тематический план):

1. Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке обучаю-щихся.
2. Социально-биологические основы физической культуры.
3. Основы здорового образа жизни обучающегося.
4. Психофизиологические основы учебного труда обучающихся.
5. Врачебный, педагогический контроль и самоконтроль при занятиях физическими упраж-нениями и спортом.
6. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.
7. Практические занятия по физической культуре. Спортивные игры (волейбол, баскетбол, футбол).
8. Легкая атлетика.
9. Гимнастика.
10. Лыжная подготовка.

Изучение дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующей ком-петенции:

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

Разработчик: кафедра гуманитарных дисциплин.