

## **Аннотации к рабочим программам по дисциплинам «Физическая культура» и «Физическое воспитание»**

Рабочие программы для всех направлений и специальностей подготовки в университете разработаны в соответствии с ФГОС 3+, учебными планами и оформлены по требованиям УМК, согласованны с выпускающими кафедрами и утверждены методической комиссией ИТОМ.

**Дисциплина «Физическая культура».** Программой дисциплины предусмотрены практические занятия. Дисциплина предусматривает изучение следующих основных разделов:

Основное учебное отделение:

1. Легкая атлетика.
2. Спортивные игры (волейбол и баскетбол).
3. Подвижные игры.
4. Плавание.
5. ОФП (общая физическая подготовка) и ППФП (профессионально-прикладная физическая подготовка).

Специальное учебное отделение:

1. Легкая атлетика.
2. Спортивные и подвижные игры.
3. Гимнастика.
4. Плавание.
5. Упражнения на расслабление и восстановление.
6. ППФП (профессионально-прикладная физическая подготовка).

**Дисциплина «Физическое воспитание».** Программой дисциплины предусмотрены лекционные, практические занятия и самостоятельная работа студентов. Дисциплина предусматривает изучение следующих основных разделов:

1. Основы здорового образа жизни студента.
2. Биологические основы физической культуры. Двигательная активность в обеспечении здоровья.
3. Средства физической культуры в регулировании работоспособности организма студента.
4. Основные понятия и содержание физической культуры и физического воспитания.
5. Основы самостоятельных занятий физической культуры и спортом. Профилактика травматизма.
6. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов.
7. Спорт. Характеристика его разновидностей и особенности организации.
8. Студенческий спорт, особенности его организации.
9. Олимпийские игры.
10. Спорт в Белгородской области.
11. Спортивные игры (баскетбол) – основное учебное отделение.
12. ОФП (общая физическая подготовка) – основное учебное отделение.
13. Легкая атлетика – основное и специальное учебное отделение.
14. Плавание – специальное учебное отделение.
15. Гимнастика – специальное учебное отделение.

Занятия по дисциплинам «Физическая культура» и «Физическое воспитание» проводят все преподаватели кафедры физического воспитания и спорта.