

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ «Спортивное совершенствование»

по основной профессиональной образовательной программе по направлению подготовки
54.03.01 «Дизайн» (уровень бакалавриата)

Направленность (профиль): Web-дизайн

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 «Спортивное совершенствование» включает в себя следующие разделы:

Форма обучения заочная. Семестр 1.

Объем дисциплины в семестре – 0 з.е. (51 часов)

Форма промежуточной аттестации – Зачет

1. Общая и специальная физическая подготовка. Развитие способности использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Используя средства и методы физической культуры и спорта отработать вопросы спортивной подготовки и спортивной тренировки, изучить средства спортивной подготовки и структуру отдельного тренировочного занятия..

Форма обучения заочная. Семестр 2.

Объем дисциплины в семестре – 0 з.е. (51 часов)

Форма промежуточной аттестации – Зачет

1. Восстановительные мероприятия. Развитие способности использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Выполнение существующих средств и методов восстановления, с помощью которых улучшается переносимость тренировочных и соревновательных нагрузок..

Форма обучения заочная. Семестр 3.

Объем дисциплины в семестре – 0 з.е. (56 часов)

Форма промежуточной аттестации – Зачет

1. Самоконтроль состояния здоровья в ходе соревнований и тренировки. Развитие способности использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Выполнение с использованием средств и основных методов самоконтроля в ходе выполнения физических упражнений.

Форма обучения заочная. Семестр 4.

Объем дисциплины в семестре – 0 з.е. (56 часов)

Форма промежуточной аттестации – Зачет

1. Спортивно-техническая и тактическая подготовка. Развитие способности использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. В соответствии с выбранным видом спорта и использованием методов и средств физической культуры и спорта отработать технические и тактические приемы в соревновательной деятельности для решения с использованием соревновательных задач с учетом правил соревнований..

Форма обучения заочная. Семестр 5.

Объем дисциплины в семестре – 0 з.е. (57 часов)

Форма промежуточной аттестации – Зачет

1. Спортивно-техническая и тактическая подготовка. Развитие способности использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. В соответствии с выбранным видом спорта и использованием методов и средств физической культуры и спорта отработать технические и тактические приемы в соревновательной деятельности для решения с использованием соревновательных задач с учетом правил соревнований..

Форма обучения заочная. Семестр 6.

Объем дисциплины в семестре – 0 з.е. (57 часов)

Форма промежуточной аттестации – Зачет

1. Спортивно-техническая и тактическая подготовка. Развитие способности использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. В соответствии с выбранным видом спорта и использованием методов и средств физической культуры и спорта отработать технические и тактические приемы в соревновательной деятельности для решения с использованием соревновательных задач с учетом правил соревнований..

Разработал:
старший преподаватель
кафедры ОФКС

А.М. Поляков

Проверил:
Директор ГИ

В.Ю. Инговатов