

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1. Цели и задачи дисциплины

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен

уметь:

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

знать:

- о роли физической культуры в общекультурном, социальном и физическом развитии человека;

- основы здорового образа жизни.

2. Содержание дисциплины

Легкая атлетика. Спортивные игры (волейбол). Аэробика (девушки). Атлетическая гимнастика (юноши). Кроссовая подготовка. Волейбол. Легкая атлетика. Кроссовая подготовка. Лыжная подготовка. Профессионально-прикладная физическая подготовка. Атлетическая гимнастика. Кроссовая подготовка.