Образовательная программа
магистратуры по направлению 07.03.03 – Дизайн архитектурной среды
07.03.03 «Проектирование городской среды»

Аннотация рабочей программы
Дисциплины «Физическое воспитание»

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2зач. единиц, 72 часов, форма промежуточной аттестации – зачет.

Программой дисциплины предусмотрены лекционные (17 часов), практические 34 часов, самостоятельная работа обучающегося составляет 21 час.

Дисциплина предусматривает изучение следующих **основных разделов:**

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