

**Аннотация рабочей программы дисциплины «Физическая культура» для специальности
40.02.04 Юриспруденция.
специализация образовательной программы -**

1. Цели и задачи освоения дисциплины

Цель изучения дисциплины:

Рабочая программа по учебному предмету ОУП.12. Физическая культура является частью ППССЗ специальности 40.02.04 Юриспруденция

Задачи изучения дисциплины:

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины и индикаторы их достижения

3. Содержание дисциплины

1 семестр

Раздел 1

Легкая атлетика

Тема 1.1 ТБ на занятиях по легкой атлетике. Высокий и низкий старт. Тема 1.2 Стартовый разгон. Тема 1.3 Финиширование. Тема 1.4 Эстафетный бег. Тема 1.5

Прыжок в высоту способом «перешагивание». Раздел 2 Баскетбол

Тема 2.1 Стойки и перемещения баскетболиста.

Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Тема 2.2 Ведение мяча. Тема 2.3

Ловля и передача мяча. Тема 2.4 Бросок мяча в кольцо. Тема 2.5 Учебная игра. 2

семестр

Раздел 3 Волейбол

Тема 3.1 Стойки и перемещения волейболиста. Техника безопасности на занятиях по волейболу. Тема 3.2 Прием- передача мяча двумя руками сверху, снизу. Тема 3.3

Приема мяча после подачи. Тема 3.4 Подача мяча. Тема 3.5 Нападающий удар. Тема

3.6 Блокирование. Тема 3.7 Учебная игра. Раздел 4 Гимнастика

Тема 4.1 Техника безопасности на занятиях по гимнастике. Строевые упражнения

. Тема 4.1 Строевые упражнения. Тема 4.2 Общеразвивающие упражнения. Тема 4.3

Акробатические упражнения. Раздел 5 Легкая атлетика

Тема 5.1 Спортивная ходьба

. Тема 5.2 Бег по пересеченной местности. Тема 5.3 Кросс. Тема 5.4 Специально-беговые и прыжковые упражнения. Тема 5.5 Эстафетный бег. Тема 6.1 Итогового

зачетное занятие.