

Програма підготовки бакалаврів у галузі знань 05 – «Соціальні та поведінкові науки» зі спеціальності 051 –«Економіка»

«Фізичне виховання»

60 год. / 2 кредити ЕКТС

(60 год. практичних занять)

Завдання для поточного та підсумкового контролю

Виконання контрольних нормативів

1. Вміти використовувати у своїй практичній діяльності набуті знання основних теоретичних положень з фізичного виховання
2. Розвивати загальні фізичні якості за допомогою різновидів вправ легкої атлетики (біг, стрибки, метання та ін.).
3. виконувати техніко-тактичні прийоми із спортивних ігор і мати навички суддівства (футбол, волейбол, теніс, настільний теніс, баскетбол, шахи, шашки).
4. Виконувати базові комплекси оздоровчого фітнесу та основні акробатичні та гімнастичні елементи, що входять до різновидів гімнастики.
5. Планувати фізичне навантаження і здійснювати самоконтроль фізичного стану при виконанні силових вправ з обтяженнями.
6. Застосовувати комплекси фізичних вправ для підвищення ефективності праці з урахуванням особливостей прикладно-професійної фахової діяльності.
7. Участь у змаганнях різного рівня.