**Название тем лекций и количество часов по семестрам изучения.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **п/№** | **Название тем лекций учебной дисциплины (модуля)** | **Объем**  **по семестрам** | |
| **1** | **2** |
| **1** | Основы теории и история физической культуры и спорта | 2 |  |
| 2 | Здоровый образ жизни | 2 |  |
| 3 | Средства формирования физической культуры личности | 2 |  |
| 4 | Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений студентами. | 4 |  |
| 5 | Из истории Олимпийских игр. | 2 |  |
| 6 | Экстремальные виды спорта. Классификация, характеристика, особенности. | 2 |  |
| 7 | Физические качества человека. Средства и методы их воспитания. | 2 |  |
| 8 | Самоконтроль занимающихся физической культурой и спортом. | 2 |  |
| 9 | Психология в спорте | 2 |  |
| 10 | Первая медицинская помощь пострадавшим при занятиях физической культурой и спортом. |  | 2 |
| 11 | Профессионально-прикладная физическая подготовка. |  | 2 |
| 12 | Адаптивная физическая культура и спорт. |  | 2 |
| 13 | Основы физической реабилитации. |  | 2 |
| 14 | Спортивная гигиена. |  | 2 |
| 15 | Медицинский массаж. |  | 2 |
| 16 | Женщины в спорте. |  | 2 |
| 17 | Допинг в спорте. |  | 2 |
| 18 | Современные оздоровительные технологии. |  | 2 |
| 19 | Медицинское обеспечение физической культуры и спорта. |  | 2 |
|  |  |  |  |
|  | Итого | 20 | 20 |