

НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

А.Б. Шарафеева, А.А. Бер, Е.С. Потовская

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ СТУДЕНТОВ ВШБ

Учебно-методический комплекс

Допущено Учебно-методической комиссией философского факультета ТГУ в качестве учебно-методического комплекса для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлениям 38.03.01 «Экономика», 38.03.02 «Менеджмент», 38.03.06 «Торговое дело», 40.03.01 «Юриспруденция»

Томск
Томский государственный университет
2015

УДК 796.01(075.8)

Ш25

Шарафеева А.Б., Бер А.А., Потовская Е.С.

Ш25 Теоретические основы физической культуры для студентов ВШБ : учеб.- метод. комплекс. – Томск : Томский государственный университет, 2015.

Учебно-методический комплекс раскрывает основы теории и методики физического воспитания, необходимые при изучении теоретической части программы учебной дисциплины «Физическая культура». Цель данного УМК – дать студентам теоретические основы физического воспитания, а также научить их умению грамотно организовывать самостоятельные занятия физическими упражнениями, т.е. содействовать формированию физической культуры личности. Материал УМК поможет в понимании значения физической культуры и спорта в жизни каждого человека, в овладении знаниями по укреплению здоровья, повышению работоспособности, практическими умениями самоконтроля физического развития и функционального состояния.

Для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлениям 38.03.01 «Экономика», 38.03.02 «Менеджмент», 38.03.06 «Торговое дело», 40.03.01 «Юриспруденция».

© Шарафеева А.Б., Бер А.А., Потовская Е.С., 2015

© Томский государственный университет, 2015