

Описание условий использования спортивного зала обучающимися

Спортивный зал используется обучающимися в процессе проведения аудиторных (практических и лекционных) занятий по дисциплинам «Физическая культура» и «Элективные курсы по физической культуре», реализуемым на направлениях подготовки:

- 40.03.01 (030900.62) «Юриспруденция»;
- 42.03.01 «Реклама и связи с общественностью»;
- 54.03.01 «Дизайн»;
- 20.03.01 «Техносферная безопасность»
- 38.03.01 Экономика
- 38.03.02 Менеджмент
- 38.03.03 Управление персоналом
- 38.03.06 Торговое дело
- 09.03.03 Прикладная информатика
- 37.03.01 Психология
- 38.03.04 Государственное и муниципальное управление.

Спортивный зал используется для проведения занятий по следующим видам спортивной подготовки:

- 1. Гимнастика с элементами общеразвивающих упражнений, которая включает в себя** подготовительные упражнения, основные исходные упражнения, построение и перестроение, общеукрепляющие упражнения.
- 2. Атлетическая гимнастика, которая включает в себя комплекс** акробатических упражнений на полу, комплекс упражнений на полу с мячом, ведение мяча на месте, комплекс производственной гимнастики, комплекс производственной гимнастики для студентов, комплекс утренней гимнастики, комплекс акробатических упражнений стоя, сидя, лежа на полу без предметов.
- 3. Силовая подготовка, которая включает в себя общеукрепляющий комплекс для мышц нижних конечностей, подготовительный комплекс для мышц нижних конечностей, общеукрепляющий комплекс для мышц верхних конечностей, подготовительный комплекс для мышц верхних конечностей, общеукрепляющий комплекс для мышц пресса, подготовительный комплекс для мышц пресса, Общеукрепляющий комплекс для мышц спины и туловища, подготовительный комплекс для мышц спины и туловища.**

Спортивный зал оснащен следующим оборудованием:

1. Гантели.
2. Сигнальные конусы
3. Накидки командные
4. Свисток
5. Секундомер
6. Рулетка
7. Палки
8. Скакалки
9. Насос
10. Мячи резиновые (гимнастические)
11. Мячи баскетбольные.
12. Коврики для гимнастики.