

**Аннотация**  
**рабочей программы дисциплины**  
**Б1.Б.03 Физическая культура и спорт**

Направление подготовки: 19.03.04 Технология продукции и организация общественного питания

Направленность: «Технология продукции и организация в предприятиях питания»

Год начала подготовки: 2019

Квалификация: Бакалавр

Трудоемкость: 2 з.е.

Форма промежуточной аттестации: зачет

**Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы:**

Дисциплины (модули). Базовая часть.

**Содержание дисциплины (тематический план):**

1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся. Основы здорового образа жизни
2. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности обучающихся
3. Социально-биологические основы физической культуры и спорта.
4. Общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, спортивная подготовка в системе физического воспитания. Особенности занятий избранным видом спорта
5. Основы методики самостоятельных занятий системами физических упражнений. Основы врачебного контроля и самоконтроля при занятиях физическими упражнениями
6. Спорт. Индивидуальный выбор вида спорта или систем физического воспитания. Особенности занятий избранным видом спорта
7. Профессионально-прикладная физическая подготовка
8. Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста

**Изучение дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций:**

ОК-8 - способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

**Разработчик:** кафедра гуманитарных дисциплин