

**Аннотация
рабочей программы дисциплины
Физическая культура и спорт**

Направление подготовки: 38.03.01 Экономика

Направленность: «Экономика предприятий и организаций»

Год начала подготовки: 2020

Квалификация: Бакалавр

Трудоемкость: 72 ч.

Форма промежуточной аттестации: зачет

Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Дисциплина относится к базовой части учебного плана подготовки бакалавров по направлению 38.03.01 Экономика.

Физическая культура в основах Законодательства Российской Федерации о физической культуре и спорте представлена в высшем учебном заведении как учебная дисциплина и важнейший компонент целостного развития личности, являясь составной частью профессиональной подготовки обучающихся в течение всего периода обучения.

Значимость дисциплины проявляется через гармонизацию духовных и физических сил, формирование общечеловеческих ценностей, таких как здоровье, психическое и физическое благополучие.

Содержание дисциплины (тематический план):

- 1 Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.
Основы здорового образа жизни
- 2 Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности студента
- 3 Социально-биологические основы физической культуры
- 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.
- 6 Основы врачебного контроля и самоконтроля при занятиях физическими упражнениями
- 7 Спорт. Индивидуальный выбор вида спорта или систем физического воспитания.
Особенности занятий избранным видом спорта
- 8 Профессионально-прикладная физическая подготовка
- 9 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