

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

Направление подготовки: 38.03.07 Товароведение

Направленность (профиль): «Товароведение и экспертиза товаров во внутренней и внешней торговле»

Год начала подготовки: 2021

Квалификация: Бакалавр

Трудоемкость: 2 з.е.

Форма промежуточной аттестации: зачет

Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к базовой части учебного плана подготовки бакалавра по направлению 38.03.07 Товароведение.

Освоение дисциплины, способствует общекультурной подготовке обучающегося, необходимо при прохождении практик, подготовки к ГИА.

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 обучающегося.
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