

Аннотация
рабочей программы дисциплины
Б1.В.ДВ.11.04 Общая физическая подготовка

Направление подготовки: 43.03.01 Сервис

Направленность: « Сервис в торговле»

Год начала подготовки: 2018

Квалификация: Бакалавр

Трудоемкость: 328 часов

Форма промежуточной аттестации: зачет

Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Дисциплина относится к вариативной части учебного плана.

Содержание дисциплины (тематический план):

1. Общая физическая подготовка в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Основы здорового образа жизни
2. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности студента
3. Социально-биологические основы общей физической подготовки
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 по общей физической подготовке
7. Спорт. Индивидуальный выбор вида спорта или систем физического воспитания. Особенности занятий избранным видом спорта
8. Общая физическая подготовка в профессиональной деятельности специалиста

Изучение дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций:

ОК-7 - способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; пропаганды активного долголетия, здорового образа жизни и профилактики заболеваний

Разработчик: кафедра гуманитарных дисциплин