

**Аннотация
рабочей программы дисциплины
Б1.Б.04 Физическая культура и спорт**

Направление подготовки: 43.03.01 Сервис
Направленность: «Сервис в торговле»
Год начала подготовки: 2018
Квалификация: Бакалавр
Трудоемкость: 2 з.е.
Форма промежуточной аттестации: зачет/зачет

Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Дисциплина «Физическая культура и спорт» включена в базовую часть учебного плана.

Содержание дисциплины (тематический план):

1. Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся.
2. Социально-биологические основы физической культуры. Анатомо-морфологическое строение организма.
3. Основы здорового образа жизни обучающегося.
4. Психофизиологические основы учебного труда обучающихся.
5. Врачебный, педагогический контроль и самоконтроль при занятиях физическими упражнениями и спортом.
6. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.
7. Практические занятия по физической культуре. Спортивные игры (волейбол, баскетбол, футбол).
8. Легкая атлетика.
9. Гимнастика.
10. Лыжная подготовка.

Изучение дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующей компетенции:

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.