

Аннотация
рабочей программы дисциплины
Б1.О.27.ДВ.01.01 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту
(Общая физическая подготовка, Легкая атлетика, Волейбол, Баскетбол)

Направление подготовки: 43.03.01 Сервис

Направленность: «Сервис в гостиничном и ресторанном бизнесе»

Год начала подготовки: 2021

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:

УК-7.1 - Поддерживает должный уровень физической формы путем занятий физической культурой (спортом);

УК-7.2 - Поддерживает должный уровень физической формы, придерживаясь требований санитарии и гигиены, индивидуальной и профессиональной, здорового образа жизни

Разработчик: кафедра гуманитарных дисциплин