

**Аннотации дисциплины  
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»**

по основной профессиональной образовательной программе  
прикладного бакалавриата 38.03.02 «Менеджмент»  
профиль Менеджмент в сервисе и туризме  
для очной и заочной форм обучения

**1. Цель дисциплины:**

воспитание потребности к регулярным занятиям физической культурой и спортом и ведению здорового образа жизни.

**2. Результаты обучения по дисциплине (приобретаемые компетенции)**

ОК-7: способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

**3. Трудоемкость дисциплины: 2 ЗЕТ (72 часа)**

**4. Содержание дисциплины:**

Дисциплина включает следующие разделы:

1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов, социокультурное развитие личности.
2. Социально—биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания.
3. Основы здорового образа жизни студента. физическая культура в обеспечении здоровья.
4. Психобиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.
5. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.
6. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания.
7. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.
8. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов.
9. Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра
10. Оздоровительные системы и спорт. индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.

**5. Форма промежуточной аттестации: зачет.**

**Разработал:**  
**Руководитель ОПОП**

**Проверил**  
**Директор ИЭиУ**



**И.Н. Сычева**

**И.Н. Сычева**