

## **Аннотация дисциплины «Физическая культура и спорт»**

**Цель дисциплины:** формирование способностей применения средств и методов физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

**Место дисциплины в структуре ООП:** дисциплина относится к обязательной части учебного плана ООП по направлению подготовки 38.03.01 Экономика образовательная программа «Экономика и финансы».

**Краткое содержание:** Физическая культура как система физических упражнений. Методики освоения жизненно важных умений и навыков. Методики применения средств и методов физической культуры для самостоятельных занятий различной целевой направленности, развития физических качеств, оценки физической подготовленности, коррекции физического и эмоционального состояния, реабилитации основных систем организма. Средства и методы выбранных видов спорта и оздоровительных систем упражнений. Общая физическая, специальная физическая и техническая подготовка. Профессионально-прикладная физическая подготовка работника финансово-экономической сферы.