

Аннотация дисциплины

Физическая культура и спорт

Рабочая программа дисциплины предназначена для студентов, обучающихся по направлению 38.03.02 «Менеджмент» профиль «Менеджмент организации».

Цель дисциплины: «Физическая культура и спорт» - формирование у студентов, обучающихся по направлению 38.03.02 «Менеджмент» профиль «Менеджмент организации» следующих компетенций:

-способность применять методы физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-6).

Место дисциплины в структуре ООП - дисциплина «Физическая культура и спорт» является дисциплиной базовой части социально-гуманитарного модуля направления 38.03.02 «Менеджмент» профиль «Менеджмент организации».

Краткое содержание: Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Социально - биологические основы физической культуры. Социально- биологические основы физической культуры. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности. Общая физическая (ОФП) и специальная подготовка (СФП) в системе физического воспитания. Лечебная физическая культура как средство реабилитации человека. Частные методики ЛФК при распространенных заболеваниях у студентов. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений. Самоконтроль при занятиях физической культурой и спортом.

Профессионально – прикладная физическая подготовка (ППФП). Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра.