

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Цветлюк Лариса Сергеевна

Должность: Ректор

Дата подписания: 18.12.2019 14:00

Уникальный программный ключ:

e4e919f04dc802624637575c97796a744138b172b88dd38f9301d8c2340974f9

АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ИНСТИТУТ НЕПРЕРЫВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»

Аннотации рабочих программ дисциплин

основной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата

43.03.03 «Гостиничное дело», направленность (профиль): «Ресторанный бизнес»

Год начала подготовки – 2026, очная форма обучения

Б1.О.11 Физическая культура и спорт

Цель:	формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности
Задачи:	<ol style="list-style-type: none">1) понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;2) знание научно - биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;3) формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;4) овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;5) приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;6) создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.
Содержание дисциплины:	Методическая подготовка. Методико-практический раздел. Практический раздел (Общефизическая подготовка). Контрольный раздел.
Форма контроля:	зачет
Общая трудоемкость:	2 з.е.