

**Аннотация учебной дисциплины  
ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА  
Специальность 43.02.14 Гостиничное дело**

**Область применения учебной программы**

Рабочая программа учебной дисциплины ОГСЭ.04 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 43.02.14 Гостиничное дело.

**Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов  
среднего звена:**

Дисциплина ОГСЭ.04 Физическая культура входит в профессиональный модуль ПП (профессиональная подготовка) – общий гуманитарный и социально-экономический цикл.

Для освоения дисциплины учащиеся используют знания, умения и навыки, сформированные при изучении дисциплины ОУД.06 «Физическая культура», входящей в состав базовых дисциплин общеобразовательной подготовки среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования. Формирование компетенций по ним не предусмотрено.

**Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения  
дисциплины:**

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:  
использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:  
о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

основы здорового образа жизни.

Максимальная учебная нагрузка обучающегося 176 часов, в том числе:

Лекции 2 часа;

Практическая работа обучающегося 174 часа;

**Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (перечень  
формируемых компетенций).**

ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	<b>Умения:</b> использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности
		<b>Знания:</b> роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; средства профилактики перенапряжения

## Структура дисциплины

Наименование разделов и тем	Количество аудиторных часов		
	Всего	Теоретическое обучение	Практические и лабораторные занятия
<b>Раздел 1</b> <b>Научно-методические основы формирования физической культуры личности</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>
Тема 1.1 Общекультурное и социальное значение физической культуры		2	
Тема 1.2 Здоровый образ жизни	<b>10</b>		<b>10</b>
<b>Раздел 2</b> <b>Учебно-практические основы формирования физической культуры личности</b>	<b>124</b>	<b>-</b>	<b>124</b>
Тема 2.1 Легкая атлетика	24	-	24
Тема 2.2 Общая физическая подготовка	22	-	22
Тема 2.3 Спортивные игры	48		48
Тема 2.4 Аэробика (девушки) Атлетическая гимнастика (юноши)	18		18
Тема 2.5 Лыжная подготовка	12		12
<b>Раздел 3.</b> <b>Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)</b>	<b>40</b>		<b>40</b>
Тема 3.1. Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных результатов	40	-	40
<b>Всего по дисциплине</b>	<b>176</b>	<b>2</b>	<b>174</b>

**Вид промежуточной аттестации – зачёт (3-8 семестр)**

### Основная литература

1. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491233>
2. Виленский, М.Я., Физическая культура : учебник / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. — Москва : КноРус, 2021. — 214 с. — ISBN 978-5-406-08169-3. — URL:<https://book.ru/book/939387>. — Текст : электронный.
3. Кузнецов, В.С., Физическая культура : учебник / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. — Москва : КноРус, 2021. — 256 с. — ISBN 978-5-406-08271-3. — URL:<https://book.ru/book/940094>. — Текст : электронный.

4. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богашенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/489849>
5. Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 246 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08021-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492671>

Автор РПД ОГСЭ.04 Физическая культура: Солод Виктор Григорьевич