

**Аннотация по дисциплине
БД.09 Физическая культура**

43.02.16 Туризм и гостеприимство (гостиничные услуги)

Курс 1 Семестр 1, 2

Количество часов:

всего: 78

лекционных занятий - 14 час,

практических занятий - 64 час,

Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

Содержание программы общеобразовательной дисциплины «Физическая культура» направлено на достижение следующих **целей:**

развитие у обучающихся двигательных навыков, совершенствование всех видов физкультурной и спортивной деятельности, гармоничное физическое развитие, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни будущего квалифицированного специалиста, на основе национально-культурных ценностей и традиций, формирование мотивации и потребности к занятиям физической культурой у будущего квалифицированного специалиста, освоение общих и дисциплинарных результатов:

общих результатов - универсальных учебных познавательных действий;

а) базовые логические действия

б) базовые исследовательские действия

дисциплинарных результатов;

Задачи:

- формирование у обучающихся готовности к труду, осознание ценности мастерства, трудолюбия;
- формирование у обучающихся готовности к активной деятельности технологической и социальной направленности, способности инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность;
- формирование у обучающихся интереса к различным сферам профессиональной деятельности.;
- формирование у обучающихся самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать ее всесторонне;
- формирование у обучающихся устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения;
- формирование у обучающихся определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения;
- выявления закономерностей и противоречий в рассматриваемых явлениях;
- внесение коррективов в деятельность, умение оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности;
- развитие креативного мышления при решении жизненных проблем;

- формирование у обучающихся **базовых логических действий**;
- формирование у обучающихся **базовых исследовательских действий**;
- формирование у обучающихся **совместной деятельности**;
- формирование у обучающихся **принятия себя и других людей**;
- формирование у обучающихся **самоорганизации**.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК.

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам.

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

Место дисциплины в структуре ППСЗ: учебная дисциплина «Физическая культура» является обязательной частью общеобразовательного цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 43.02.16 Туризм и гостеприимство (гостиничные услуги)

Содержание и структура дисциплины

Наименование разделов и тем	Количество аудиторных часов			Самост. работа обучающегося (час.) (в т.ч. консультации)
	Всего	Теорет. обучение	Практ. занятия	
Раздел 1. Физическая культура, как часть культуры общества и человека	14	14	-	-
Тема 1.1 Современное состояние физической культуры и спорта.	2	2	-	-
Тема 1.2 Здоровье и здоровый образ жизни	2	2	-	-
Тема 1.3 Современные системы и технологии укрепления и сохранения здоровья.	2	2	-	-
Тема 1.4 Основы методики самостоятельных занятий оздоровительной физической культурой и самоконтроль за индивидуальными показателями здоровья	4	4	-	-
Профессионально ориентированное содержание	4	4	-	-
Тема 1.5 Физическая культура в режиме трудового дня	2	2	-	-
Тема 1.6 Профессионально-прикладная физическая подготовка.	2	2	-	-
Раздел 2. Методические основы обучения различными видами физкультурно – спортивной деятельности	64	-	64	-

Методико-практические занятия	16	-	16	-
Профессионально ориентированное содержание	16	-	16	-
Тема 2.1 Подбор упражнений, составление и проведение комплексов упражнений для различных форм организации занятий физической культурой	2	-	2	-
Тема 2.2 Составление и проведение самостоятельных занятий по подготовке к сдаче норм и требований ВФСК «ГТО»	2	-	2	-
Тема 2.3 Методы самоконтроля и оценка умственной и физической работоспособности	2	-	2	-
Тема 2.4 Составление и проведение комплексов упражнений для различных форм организации занятий физической культурой при решении профессионально-ориентированных задач	2	-	2	-
Тема 2.5 Профессионально-прикладная физическая подготовка	8	-	8	-
Учебно- тренировочные занятия	48	-	48	-
Тема 2.6 Физические упражнения для оздоровительных форм занятий физической культурой профессионально-ориентированной направленности	2	-	2	-
Тема 2. 7. Гимнастика	12	-	12	-
2.7.1. Основная гимнастика	4	-	4	-
2.7.2. Акробатика	4	-	4	-
2.7.3. Атлетическая гимнастика	4	-	4	-
Тема 2.8 . Спортивные игры	16	-	16	-
2.8.1 Баскетбол	6	-	6	-
2.8.2 Волейбол	6	-	6	-
2.8.3 Футбол	4	-	4	-
Тема 2.9. Плавание	6	-	6	-
Тема 2.10. Легкая атлетика	12	-	12	-
Всего	78	14	64	-

Курсовые проекты (работы): *не предусмотрены*

Интерактивные образовательные технологии, используемые в аудиторных занятиях: информационно-коммуникационная технология, технология уровневой дифференциации обучения, здоровье сберегающая технология, проектная деятельность.

Вид аттестации: зачёт (1, 2 семестр)

Основная литература

1. Бишаева, Альбина Анатольевна. Физическая культура : учебник для использования в учебном процессе образовательных учреждений СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования / А. А. Бишаева. - 8-е изд., стер. - Москва : Академия, 2022. - 313 с. : ил. -

(Профессиональное образование. Общеобразовательные дисциплины). - Библиогр.: с. 309-310. - ISBN 978-5-0054-0884-6

2. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богаченко. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511813>

Автор: Соловьева Светлана Анатольевна