

**Аннотация по дисциплине
ОГСЭ.04 Физическая культура**

43.02.16 Туризм и гостеприимство (гостиничные услуги)

Курс 2,3 Семестр 3,4,5

Количество часов:

всего: 116

практических занятий - 116 час,

самостоятельных занятий - - час.

Цели дисциплины:

Цель дисциплины: освоить умения и знания:

уметь: использовать физкультурно-оздоровительную деятельность при укреплении здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

знать: о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни

Задачи дисциплины:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и оздоровительной направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Место учебной дисциплины в структуре ППСЗ: учебная дисциплина ОГСЭ.04 Физическая культура входит в общий гуманитарный и социально-экономический цикл ОГСЭ.00. Изучение дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура обеспечивает сохранение и укрепление здоровья обучающихся для освоения дисциплин и модулей профессиональной подготовки по специальности 43.02.16 Туризм и гостеприимство (гостиничные услуги).

Результаты обучения (компетенции, знания, умения, практический опыт):

Код компетенции	Формулировка компетенции
ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;
Знать	о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни;
Уметь	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность при укреплении здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

Содержание и структура дисциплины

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов			
		Всего	Теоретическое обучение	Практические и лабораторные занятия	Самостоятельная работа обучающегося (час)
3 семестр					
1.	Раздел 1. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности.	116	-	116	-
2.	Тема 1.1. Легкая атлетика	22	-	22	-
3.	Тема 1.2. Гимнастика	10	-	10	-
4 семестр					
4.	Тема 1.3. Спортивные игры	42	-	42	-
5.	Баскетбол	12	-	12	-
6.	Волейбол	12	-	12	-
7.	Футбол	10	-	10	-
8.	Бадминтон	8	-	8	-
5 семестр					
9.	Тема 1.4. Общая физическая подготовка	10	-	10	
10.	Тема 1.5. Атлетическая гимнастика	10	-	10	
11.	Тема 1.6. Плавание	10	-	10	

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов			
		Всего	Теоретическое обучение	Практические и лабораторные занятия	Самостоят. работа обучающегося (час)
12.	Тема 1.7. Профессионально-прикладная физическая подготовка	12	-	12	
	Всего	116	-	116	

Курсовые проекты (работы): *не предусмотрены*

Интерактивные образовательные технологии, используемые на занятиях: технология уровневой дифференциации обучения, личностно-ориентированная технология, игровая технология, здоровьесберегающая технология.

Вид аттестации: зачёт (3, 4, 5 семестр)

Основная литература

1. Физическая культура : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.]; под редакцией Е. В. Конеевой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18616-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/545162>
2. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536838>

Автор: Соловьева Светлана Анатольевна