

**Аннотация учебной дисциплины  
СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА  
Специальность 43.02.16 Туризм и гостеприимство**

**1.1 Область применения программы**

Учебная дисциплина «Физическая культура» является обязательной частью социально-гуманитарного цикла примерной основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 43.02.16 Туризм и гостеприимство.

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

Для освоения дисциплины студенты используют знания, умения и навыки, сформированные при изучении дисциплины СГ.04 Физическая культура, входящих в состав базовых дисциплин общеобразовательной подготовки среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 08.

**1.3 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.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **иметь практический опыт**.

Максимальная учебная нагрузка обучающегося 82 часа, в том числе:

практическая работа обучающегося 68 часов;

теоретические занятия 14 часов.

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

Код ПК, ОК	Умения	Знания
<b>ОК 8</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 профессии (специальности)	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

**Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

Вид учебной работы	Объем в часах
<b>Объем образовательной программы дисциплины</b>	<b>82</b>
<b>1. Основное содержание</b>	<b>82</b>
в том числе:	
теоретическое обучение	14
лабораторные занятия	68
<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>зачет, зачет, дифференцированный зачет</b>

## Структура дисциплины

Наименование разделов и тем	Количество аудиторных часов		
	Всего	Теоретическое обучение	Практические занятия
<b>Раздел.1 Научно-методические основы формирования физической культуры личности</b>	<b>16</b>	<b>6</b>	<b>10</b>
Тема 1.1. Общекультурное и социальное значение физической культуры. Здоровый образ жизни	16	6	10
<b>Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности</b>	<b>24</b>	<b>4</b>	<b>20</b>
Тема 2.1 Общая физическая подготовка	8	4	4
Тема 2.2 Легкая атлетика	4		4
Тема 2.3 Спортивные игры	6		6
Тема 2.4 Атлетическая гимнастика	6		6
<b>Раздел 3 Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)</b>	<b>42</b>	<b>4</b>	<b>38</b>
Тема 3.1 Сущность и содержание ППФП в достижении высоких профессиональных результатов	22	2	20
Тема 3.2 Военно – прикладная физическая подготовка	20	2	18
<b>ВСЕГО</b>	<b>82</b>	<b>14</b>	<b>68</b>

### Литература:

1. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 450 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18496-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/562057>
2. Кузнецов, В. С., Физическая культура : учебник / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. — Москва : КноРус, 2024. — 256 с. — ISBN 978-5-406-12453-6. — URL: <https://book.ru/book/951558>. — Текст : электронный.
3. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/560907>
4. Теория и методика избранного вида спорта : учебник для среднего профессионального образования / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 189 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08356-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/563840>

**Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет (3 и 4 семестр) и дифференцированный зачет (5 семестр)**

Автор РПД СГ.04 Физическая культура: Солод Виктор Григорьевич