

## АННОТАЦИЯ

к рабочей программе учебной дисциплины «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»,  
«ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ»

Направление подготовки бакалавров 43.03.01 - «Сервис»

Профиль подготовки - «Сервис недвижимости и коммунальной инфраструктуры»

Кафедра туризма и сервиса

<b>Цель изучения дисциплины</b>	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.
<b>Краткая характеристика учебной дисциплины (основные блоки, темы)</b>	<p>Раздел 1. Легкая атлетика:</p> <p style="text-align: center;"><u>1 семестр</u></p> <p>Тема 1. Обучение технике бега на короткие и средние дистанции. Тема 2. Совершенствование техники бега на короткие и средние дистанции. Тема 3. Обучение технике прыжка в длину с места.</p> <p>Раздел 2. Баскетбол: Тема 1. Техника игры в баскетбол.</p> <p>Раздел 3. Плавание: Тема 1. Упражнения по освоению с водой.</p> <p style="text-align: center;"><u>2 семестр</u></p> <p>Раздел 1. Лыжная подготовка: Тема 1. Обучение технике передвижения на лыжах.</p> <p>Раздел 2. Общая физическая подготовка: Тема 1. Общая физическая подготовка.</p> <p>Раздел 3. Легкая атлетика: Тема 1. Совершенствование техники бега на короткие и средние дистанции. Тема 2. Развитие общей выносливости. Тема 3. Развитие скоростной выносливости.</p> <p style="text-align: center;"><u>3 семестр</u></p> <p>Раздел 1. Легкая атлетика: Тема 1. Развитие общей выносливости. Тема 2. Развитие скоростной выносливости. Тема 3. Развитие скоростно-силовой выносливости.</p> <p>Раздел 2. Баскетбол: Тема 1. Технические приемы баскетбола.</p> <p style="text-align: center;"><u>4 семестр</u></p> <p>Раздел 2. Футбол: Тема 1. Технические приемы футбола.</p> <p>Раздел 2. Легкая атлетика: Тема 1. Совершенствование техники бега на короткие и средние дистанции. Тема 2. Развитие общей выносливости.</p> <p style="text-align: center;"><u>5 семестр</u></p> <p>Раздел 1. Легкая атлетика:</p>

	<p>Тема 1. Легкая атлетика Совершенствование техники бега по прямой дистанции. Совершенствование технике прыжков в длину с места.</p> <p>Раздел 1. Волейбол:</p> <p>Тема 1. Технические приемы волейбола. <u>6 семестр</u></p> <p>Раздел 1. Общая физическая подготовка:</p> <p>Тема 1. Общая физическая подготовка.</p> <p>Раздел 2. Легкая атлетика:</p> <p>Тема 1. Совершенствование общей выносливости и скоростных качеств.</p>
<p><b>Наименование дисциплин, необходимых для освоения данной учебной дисциплины</b></p>	<p>«Физическая культура» (школьный курс)</p>
<p><b>Компетенции, формируемые в результате освоения учебной дисциплины</b></p>	<p>Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих общекультурных компетенций:</p> <p><b>ОК-4:</b> способностью работать в команде, толерантно воспринимать социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия.</p> <p><b>ОК-5:</b> способностью к самоорганизации и самообразованию;</p> <p><b>ОК-7:</b> способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения социальной и профессиональной деятельности; пропаганды активного долголетия, здорового образа жизни и профилактики заболеваний.</p>
<p><b>Знания, умения, навыки, получаемые в процессе изучения дисциплины:</b></p>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подходы к организации и функционированию профессионального коллектива, роль корпоративных норм, правил, стандартов (ОК-4);</li> <li>- содержание процессов самоорганизации и самообразования, их особенностей и технологий реализации, исходя их целей совершенствования профессиональной деятельности (ОК-5);</li> <li>- научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни (ОК-7).</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- взаимодействовать и работать в коллективе, эффективно и качественно выполнять задачи профессиональной деятельности (ОК-4);</li> <li>- выстраивать процесс овладения информацией, необходимой для выполнения профессиональной деятельности (ОК-5);</li> <li>- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для профессионально - личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни (ОК-7).</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подходами и приемами взаимодействия с сотрудниками, выполняющими профессиональные задачи и обязанности (ОК-4);</li> <li>- технологиями организации процесса самообразования, а также способами планирования, организации, самоконтроля и самооценки деятельности (ОК-5);</li> <li>- средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально - культурной и профессиональной деятельности (ОК-7).</li> </ul>

<b>Используемые инструментальные и программные средства:</b>	Пакет MS-Office, Microsoft Windows.
<b>Формы текущего контроля:</b>	Контрольные работы, самостоятельные задания (в т.ч. домашние задания)
<b>Форма промежуточного контроля знаний:</b>	Зачет.

Составитель

В.Р.Метина

Заведующий кафедрой ТиС

Л.Г. Гужова

Председатель учебно-методической комиссии  
направления 43.03.01

О.Б. Ярень

