

**Негосударственное аккредитованное некоммерческое  
частное образовательное учреждение высшего образования  
«АКАДЕМИЯ МАРКЕТИНГА И СОЦИАЛЬНО-ИНФОРМАЦИОННЫХ  
ТЕХНОЛОГИЙ – ИМСИТ»  
(г. Краснодар)**

**Кафедра технологий сервиса и деловых коммуникаций**

Рассмотрено и одобрено на заседании  
кафедры Технологий сервиса и деловых  
коммуникаций Академии ИМСИТ,  
протокол №8 от 19 марта 2018 года,  
зав. кафедрой, доцент

  
\_\_\_\_\_  
Н.И. Севрюгина

УТВЕРЖДЕНО  
Научно-методическим советом академии  
протокол №8 от 16 апреля 2018 года  
ДЛЯ  
ДОКУМЕНТОВ  
Председатель НМС,  
проректор по учебной работе,  
профессор

  
\_\_\_\_\_  
Н.Н. Павелко

**Б1.Б.21.01 Физическая культура и спорт: общая физическая подготовка**

АННОТАЦИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
по направлению подготовки  
43.03.02 Туризм  
направленность (профиль) программы  
«Организация и технология туроператорских и турагентских услуг»  
Квалификация  
Бакалавр

Краснодар  
2018

<p><b>Цель изучения дисциплины:</b></p>	<p>Целью физического воспитания является 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 профессиональной деятельности.</p> <p>Задачи курса</p> <p>Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих воспитательных, образовательных, развивающих и оздоровительных задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;</li> <li>— знание научно - биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;</li> <li>— формирование мотивационно-целостного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;</li> <li>— овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;</li> <li>— обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;</li> <li>— приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.</li> </ul>
<p><b>Краткая характеристика учебной дисциплины (основные блоки, темы)</b></p>	<p>Учебная дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту», Физическая культура и спорт: общая физическая подготовка включает в качестве обязательного минимума следующие дидактические единицы, интегрирующие тематику <b>практического и контрольного учебного материала:</b></p> <p>Учебный материал каждой дидактической единицы дифференцирован через следующие разделы и подразделы программы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— <b>практический</b>, состоящий из двух подразделов: методико-практического, обеспечивающего операциональное овладение методами и способами физкультурно-спортивной деятельности для достижения учебных, профессиональных и жизненных целей личности, и учебно-тренировочного, содействующего приобретению опыта творческой практической деятельности, развитию самостоятельности в физической культуре и спорте в целях достижения физического совершенства, повышения уровня функциональных и двигательных способностей, направленному формированию качеств и свойств личности;</li> <li>— <b>контрольный</b>, определяющий дифференцированный и объективный учет процесса и результатов учебной деятельности студентов.</li> </ul> <p>Профессиональная направленность образовательного процесса по физической культуре объединяет два раздела программы, выполняя связующую, координирующую и активизирующую функцию.</p> <p>Материал программы включает два взаимосвязанных содержательных компонента: <b>обязательный</b> (базовый), обеспечивающий формирование основ физической культуры личности, и <b>вариативный</b>, опирающийся на базовый, дополняющий его и учитывающий индивидуальность каждого студента, его мотивы, интересы, потребности, а также региональные условия и традиции. На этой основе обеспечивается построение разнообразных по направленности и содержанию элективных и факультативных курсов, которые не должны противоречить указаниям примерной учебной программы, исключать ее</p>

	обязательные (федеральные) компоненты, нарушать действующую инструкцию по организации и содержанию работы кафедр физического воспитания высших учебных заведений.																																																							
<b><u>ПРИМЕР</u></b>	<p style="text-align: center;"><b>Практический раздел (64 часа)</b></p> <p style="text-align: center;">Тема Организационно-методическое занятие (2 часа)</p> <p>Ознакомление студентов с порядком освоения дисциплины в учебно-тренировочной группе «Общая физическая подготовка» и правилами поведения в течение обучения в Академии маркетинга и социально-информационных технологий.</p> <p style="text-align: center;"><b>Контрольные тесты по общей физической подготовленности студентов основного отделения (2 часа)</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Контрольные упражнения-тесты по баскетболу</b></p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th rowspan="2">№ п/ п</th> <th rowspan="2">Наименование упражнений- тестов</th> <th rowspan="2">По л</th> <th colspan="5">Оценка в баллах</th> </tr> <tr> <th>5</th> <th>4</th> <th>3</th> <th>2</th> <th>1</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="2">1</td> <td rowspan="2">Штрафные броски (кол-во попаданий из 10 попыток)</td> <td>м</td> <td>6</td> <td>5</td> <td>4</td> <td>3</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>ж</td> <td>5</td> <td>4</td> <td>3</td> <td>2</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">2</td> <td rowspan="2">Ведение мяча от пересечения средней и боковой движении</td> <td>м</td> <td>3</td> <td>2</td> <td>1</td> <td>-</td> <td>-</td> </tr> <tr> <td>ж</td> <td>3</td> <td>2</td> <td>1</td> <td>-</td> <td>-</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">3</td> <td rowspan="2">Челночный бег (ведение мяча от лицевой линии за центральный круг, поворот на 180° с переводом мяча на левую руку, ведение за центр круга с переводом на правую руку, ведение до противоположной лицевой линии, поворот, ведение мяча до старта) (сек).</td> <td>м</td> <td>15, 0</td> <td>16, 0</td> <td>17, 0</td> <td>18, 0</td> <td>19, 0</td> </tr> <tr> <td>ж</td> <td>19, 0</td> <td>20, 0</td> <td>21, 0</td> <td>22, 0</td> <td>23, 0</td> </tr> </tbody> </table>	№ п/ п	Наименование упражнений- тестов	По л	Оценка в баллах					5	4	3	2	1	1	Штрафные броски (кол-во попаданий из 10 попыток)	м	6	5	4	3	2	ж	5	4	3	2	1	2	Ведение мяча от пересечения средней и боковой движении	м	3	2	1	-	-	ж	3	2	1	-	-	3	Челночный бег (ведение мяча от лицевой линии за центральный круг, поворот на 180° с переводом мяча на левую руку, ведение за центр круга с переводом на правую руку, ведение до противоположной лицевой линии, поворот, ведение мяча до старта) (сек).	м	15, 0	16, 0	17, 0	18, 0	19, 0	ж	19, 0	20, 0	21, 0	22, 0	23, 0
№ п/ п	Наименование упражнений- тестов				По л	Оценка в баллах																																																		
		5	4	3		2	1																																																	
1	Штрафные броски (кол-во попаданий из 10 попыток)	м	6	5	4	3	2																																																	
		ж	5	4	3	2	1																																																	
2	Ведение мяча от пересечения средней и боковой движении	м	3	2	1	-	-																																																	
		ж	3	2	1	-	-																																																	
3	Челночный бег (ведение мяча от лицевой линии за центральный круг, поворот на 180° с переводом мяча на левую руку, ведение за центр круга с переводом на правую руку, ведение до противоположной лицевой линии, поворот, ведение мяча до старта) (сек).	м	15, 0	16, 0	17, 0	18, 0	19, 0																																																	
		ж	19, 0	20, 0	21, 0	22, 0	23, 0																																																	
<b>Компетенции, формируемые в результате освоения учебной дисциплины:</b>	ОК – 5 Способностью к самоорганизации и самообразованию ОК – 7. Способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, пропаганды активного долголетия, здорового образа жизни и профилактики заболеваний, физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности																																																							
<b>Наименования дисциплин, необходимых для освоения данной учебной дисциплины</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Философия;</li> <li>- Культурология;</li> <li>- Социология культуры;</li> <li>- Социальная антропология;</li> <li>- Социология и антропология духовной жизни;</li> <li>- Основы социологии;</li> <li>- Системный подход в социальных науках;</li> <li>- Социальная статистика;</li> </ul>																																																							

	- Социальная психология.
<b>Знания, умения и навыки, получаемые в процессе изучения дисциплины:</b>	<p><b>Знать</b> основы физической культуры и здорового образа жизни. Понимать роль физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста;</p> <p><b>Уметь</b> - приобрести личный опыт использования физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей.</p> <p><b>Владеть</b> системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств (с выполнением установленных нормативов по общей физической и спортивно-технической подготовке);</p>
<b>Формы проведения занятий, образовательные технологии</b>	<p>Учебный материал каждой дидактической единицы дифференцирован через следующие разделы и подразделы программы:</p> <p>—<i>практический</i>, состоящий из двух подразделов: методико-практического, обеспечивающего операциональное овладение методами и способами физкультурно-спортивной деятельности для достижения учебных, профессиональных и жизненных целей личности, и учебно-тренировочного, содействующего приобретению опыта творческой практической деятельности, развитию самостоятельности в физической культуре и спорте в целях достижения физического совершенства, повышения уровня функциональных и двигательных способностей, направленному формированию качеств и свойств личности;</p> <p>—<i>контрольный</i>, определяющий дифференцированный и объективный учет процесса и результатов учебной деятельности студентов.</p>
<b>Используемые инструментальные и программные средства:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- большой игровой зал - (с инвентарным обеспечением) – 39 x 17 м</li> <li>- зал специальной подготовки (с инвентарным обеспечением) 24 x 12 м</li> <li>- спортивный городок 10x8м</li> </ul> <p><b>3.2. Средства обеспечения освоения дисциплины</b></p> <p><b>Методико-практические занятия</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-инструкции и методическая литература</li> <li>-приборы врачебно-педагогического контроля</li> <li>-специальная литература по педагогике и видам спорта, физиологии и психологии спорта</li> <li>-справочная литература</li> <li>-приборы оценки работоспособности</li> </ul> <p><b>Учебно-тренировочные занятия</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- приборы контроля развития основных физических качеств, уровня физической и спортивной подготовленности</li> <li>- спортивный инвентарь, спортивные тренажеры, спортивные залы, стадионы, спортивные площадки</li> </ul> <p><b>Контрольные занятия</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- таблицы контрольных тестов физической подготовленности по видам спорта</li> <li>- тесты оценки теоретической и методической подготовленности студентов</li> </ul>
<b>Формы промежуточного контроля:</b>	Текущие оценки знаний, умений, навыков, участие в соревнованиях различного уровня, тестирование, рефераты.
<b>Форма</b>	зачет.

<b>Итогового контроля знаний:</b>	
---	--