


Министерство культуры Российской Федерации  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«КРАСНОДАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ  
КУЛЬТУРЫ»**  
ФАКУЛЬТЕТ СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТЕРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
КАФЕДРА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И БЕЗОПАСНОСТИ  
ЖИЗНИДЕЯТЕЛЬНОСТИ

УТВЕРЖДАЮ  
Декан факультета  
 Н.А. Гангур  
« 16 » февраля 2016 г.

**АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**  
Б1.В.ДВ «Элективные курсы по физической культуре и спорту»

Направление подготовки 43.03.02 – Туризм

Профильная направленность – «Технология и организация туроператорских и турагентских услуг»

Квалификация (степень) выпускника - Бакалавр

Форма обучения - Очная, заочная

Составитель:  
ст.преподаватель

  
\_\_\_\_\_  
(подпись)

А.П. Шутько  
(Ф.И.О.)

Краснодар  
2016

## **ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Цель освоения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре спорту» - 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.

Задачи:

1. Понимание социально значимости физической культуры и ее роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
2. Знание биологических, психолого-педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
3. Формирование мотивационно - ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
4. 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 и спорте;
5. Приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
6. Создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

### **1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО**

В соответствии со структурой учебного плана по направлению подготовки 43.03.02 Туризм дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту» входит в состав дисциплин по выбору вариативной части блока 1.

Успешное изучение дисциплины базируется на освоении теоретического и практического учебного материала по следующим дисциплинам базовой части Блока 1, формирующим у обучающихся знания, умения и навыки в области туризма:

- «Безопасность жизнедеятельности».

Данные дисциплины являются теоретической базой для профессиональной деятельности бакалавра туризма.

Дисциплина обеспечивает формирование совокупного ожидаемого результата образовательной работы в соответствии с компетентностной моделью выпускника

по направлению подготовки 43.03.02 Туризм с квалификацией (степенью) – «бакалавр».

Для успешного изучения дисциплины учащиеся должны обладать достаточными знаниями, умениями и навыками, приобретенными в результате освоения перечисленных выше учебных курсов.

Изучение дисциплины будет способствовать успешному усвоению следующих дисциплин:

- «Основы медицинских знаний»;
- «Основы анатомии».

### **3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению подготовки:

#### **а) общекультурных (ОК)**

способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; пропаганды активного долголетия, здорового образа жизни и профилактики заболеваний (ОК-7);

готовностью пользоваться основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий (ОК-8).

В результате освоения дисциплины обучающиеся должны:

#### **1) Знать:**

основы здорового образа жизни;  
социально-биологические основы физической культуры;  
основы общей и профессионально-прикладной физической подготовки;  
основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями;  
основные методы использования средств физического воспитания для физического развития и укрепления здоровья.

#### **2) Уметь:**

обеспечить адекватный уровень физической подготовленности для полноценной профессиональной и социальной деятельности;  
проводить самооценку работоспособности и утомления;  
составлять индивидуальные программы физического самовоспитания и занятия с оздоровительной направленностью;  
проводить самомассаж и релаксацию;  
составлять и проводить простейшие самостоятельные занятия физическими упражнениями гигиенической или тренировочной направленности.

#### **3) Владеть:**

системой и методикой ведения активного образа жизни.

**Приобрести опыт деятельности:** в повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья.

#### **4. ОБЪЕМ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единиц (328 часов).

Дисциплина реализуется в 1,2,3,4,5,6 семестрах. Форма промежуточной аттестации - зачет во 2,4,6 семестрах.

