

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Цветлюк Лариса Сергеевна  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 31.08.2023 14:20:16  
Уникальный программный ключ:  
e4e919f04dc802624637575c97796a744138b172b88db38f9301dc1340924f

## **АННОТАЦИЯ К ДИСЦИПЛИНЕ**

**Физическая культура и спорт  
для направления подготовки**

**43.03.01 «Сервис»,**

**направленность (профиль): «Сервис в строительстве и жилищно-коммунальном  
хозяйстве»**

**Уровень бакалавриата**

**Квалификация выпускника**

**Бакалавр**

### ***1.1. Цель и задачи учебной дисциплины.***

Цель учебной дисциплины заключается в получении обучающимися теоретических знаний о средствах, методах и организационных формах физической культуры, позволяющие выпускнику методически обоснованно и целенаправленно использовать их при организации деятельности по удовлетворению особых образовательных потребностей различных групп населения, направленных на повышение уровня их социальной адаптации и реабилитации, обеспечения здорового образа жизни с последующим их применением в профессиональной сфере.

#### Задачи учебной дисциплины:

В результате изучения курса выпускник должен решать следующие задачи:

- понимание роли физической культуры в развитие личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- знание научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- 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;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

Особый порядок освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов. Для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов устанавливается особый порядок освоения указанных дисциплин (модулей) на основании соблюдения принципов здоровьесбережения и адаптивной физической культуры.

Дисциплина по физической культуре и спорту осуществляется с учетом вида и тяжести нарушений организма, обучающегося с ограниченными возможностями здоровья и инвалида.

Выбор методов обучения, проведение текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации осуществляется в каждом отдельном случае с учетом особенностей нарушений функций организма обучающихся, зафиксированных в справке бюро медико-социальной экспертизы.

По личному заявлению обучающегося возможна разработка индивидуальных учебных планов и индивидуальных графиков для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов с учетом их особенностей и образовательных потребностей, а также увеличение срока их обучения, но не более чем на полгода.

### **1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы.**

Дисциплина является обязательным элементом обязательной части Блока 1 ОПОП.

### **1.3. Планируемые результаты обучения по учебной дисциплине в рамках планируемых результатов освоения основной профессиональной образовательной программы.**

Процесс освоения учебной дисциплины направлен на формирование у обучающихся следующей общекультурной компетенции: УК-7, в соответствии с ОПОП.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие результаты:

Код компетенции	Содержание компетенции	Индикаторы достижения компетенций
УК-7.	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<p>УК-7.1. Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.</p> <p>УК-7.2. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.</p> <p>УК-7.3. Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.</p> <p>УК-7.4. Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений(средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.</p>

### **1.4. Объем учебной дисциплины, включая контактную работы обучающегося с преподавателем и самостоятельную работу обучающегося**

Общая трудоемкость учебной дисциплины составляет 2 зачетные единицы

#### **Очная форма обучения**

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		1
<b>Аудиторные учебные занятия, всего</b>	<b>18</b>	<b>18</b>
В том числе:		

Учебные занятия лекционного типа	-	-
Практические занятия	18	18
<b>Самостоятельная работа обучающихся, всего</b>	<b>50</b>	<b>50</b>
В том числе:		
Реферат/доклад	10	10
Тестирование	20	20
Самоподготовка	20	20
<b>Контроль: вид промежуточной аттестации (зачет)</b>	<b>4</b>	<b>Зачет</b>
<b>Общая трудоемкость учебной дисциплины</b>	<b>72</b>	<b>72</b>

#### *Очно-заочная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		1
<b>Аудиторные учебные занятия, всего</b>	<b>8</b>	<b>8</b>
В том числе:		
Учебные занятия лекционного типа	-	-
Практические занятия	8	8
<b>Самостоятельная работа обучающихся, всего</b>	<b>60</b>	<b>60</b>
В том числе:		
Реферат/доклад	10	10
Тестирование	20	20
Самоподготовка	30	30
<b>Контроль: вид промежуточной аттестации (зачет)</b>	<b>4</b>	<b>Зачет</b>
<b>Общая трудоемкость учебной дисциплины</b>	<b>72</b>	<b>72</b>

#### *Заочная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		1
<b>Аудиторные учебные занятия, всего</b>	<b>8</b>	<b>8</b>
В том числе:		
Учебные занятия лекционного типа	-	-
Практические занятия	8	8
<b>Самостоятельная работа обучающихся, всего</b>	<b>60</b>	<b>60</b>
В том числе:		
Реферат/доклад	10	10
Тестирование	20	20
Самоподготовка	30	30
<b>Контроль: вид промежуточной аттестации (зачет)</b>	<b>4</b>	<b>Зачет</b>
<b>Общая трудоемкость учебной дисциплины</b>	<b>72</b>	<b>72</b>

#### **1.5. Содержание учебной дисциплины**

№ п/п	Модуль, раздел (тема)
1	Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов

2	Тема 2 Социально-биологические основы физической культуры
3	Тема 3. Основы здорового образа жизни. Физическая тренировка в обеспечении здоровья
4	Тема 4. Средства и методы физической культуры в регулировании работоспособности
5	Тема 5. Общая физическая и специальная подготовка
6	Тема 6. Современные оздоровительные технологии. Особенности организации студенческого спорта
7	Тема 7. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями
8	Тема 8. Место шашек и шахмат в физической культуре. Тематические партии и сеансы одновременной игры