

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«Сочинский государственный университет» в г. Анапе Краснодарского края

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по УиВР
 Екимова В.В.
«31» августа 2022 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор филиала СГУ в г. Анапе
 Леонова Е.В.
«31» августа 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

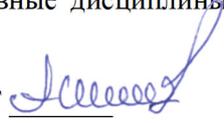
Б1.В.ДВ.09.01 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Спортивные и подвижные игры

Шифр и направление подготовки 43.03.03 «Гостиничное дело»
Квалификация (степень) выпускника Бакалавр
Профиль подготовки бакалавра «Гостиничная деятельность»
Форма обучения ОФО
Выпускающая кафедра Социально-культурного сервиса и туризма
Кафедра-разработчик рабочей программы Социально-культурного сервиса и туризма
Год набора 2022

Семестр /курс	Трудоем-кость (час/зет)	Лекцио- н. занятий, (час)	Практич- н. занятий (час)	Лаборат. занятий (час)	СРС (час)	КР/КП (час)	РГР (час)	Форма промежу-т. контроля (экз/зачет)/(контроль, час)
ОФО								
1/1	54	-	36	-	18	-	-	Зачет
2/1	60	-	32	-	28	-	-	Зачет
3/2	64	-	32	-	32	-	-	Зачет
4/2	60	-	32	-	28	-	-	Зачет
5/3	60	-	32	-	28	-	-	Зачет
6/3	30	-	30	-	-	-	-	Зачет
Итого	328	-	194	-	134	-	-	Зачеты

Анапа 2022 г.

Лист согласования рабочей программы дисциплины Б1.В.ДВ.09.01 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Спортивные и подвижные игры.

Рабочую программу составил: Шаленко А.Н., преподаватель кафедры СКСиТ 

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА РАССМОТРЕНА И ОДОБРЕНА

заведующий кафедрой  /подпись/ / Стародуб К.А./
/Ф.И.О./

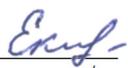
Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины соответствует библиотечному фонду филиала СГУ в г. Анапе:

Заведующий библиотекой  /Кузнецова Л.Н./

Структура рабочей программы соответствует предъявленным требованиям

Рабочая программа одобрена на заседании Учебно-методического совета направления УГСН 43.00.00 Сервис и туризм

Протокол № 1 от « 31 » 08 20 22 г.

Председатель УМСН  /подпись/ Екимова В.В.
/Ф.И.О./

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РПД

Рабочая программа переутверждена на 20__/20__ учебный год.

В программу внесены дополнения и (или) изменения:

(Указывается, в какой раздел программы внесены изменения, основания изменений, а также новая формулировка)

Заведующий кафедрой _____

подпись

Стародуб К.А.

ФИО

СОДЕРЖАНИЕ

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.....	5
2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП НАПРАВЛЕНИЯ.....	5
3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.....	5
4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.....	7
4.1 Тематический план дисциплины.....	7
4.2 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.....	11
4.3 Текущая и промежуточная аттестации по дисциплине.....	13
5. УСЛОВИЯ ОСВОЕНИЯ И РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ.....	16
5.1 Методические рекомендации обучающимся по изучению дисциплины.....	16
5.2 Организация самостоятельной работы студента по дисциплине.....	16
5.3 Особенности преподавания дисциплины.....	17
5.4 Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	17
5.5 Методическое обеспечение образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.....	18
Приложение. АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.....	20

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель освоения дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Спортивные и подвижные игры» является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

1. Формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре.
2. Формирование потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.
3. Овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП НАПРАВЛЕНИЯ(СПЕЦИАЛЬНОСТИ)

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Спортивные и подвижные игры» относится к дисциплинам по выбору блока Б1.В.ДВ.

Таблица 1 – Дисциплины, участвующие в формировании компетенции.

Код и наименование компетенции	Дисциплины, участвующие в формировании компетенции (перечисляются дисциплины, практики, кроме ГЭ, ВКР)
Универсальные компетенции	
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Б1.О.06 Физическая культура и спорт Б1.В.ДВ.09.02 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Фитнес. Б1.В.ДВ.09.03 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Общая физическая подготовка для студентов с отклонениями в состоянии здоровья.

3 ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Процесс освоения учебной дисциплины направлен на формирование у обучающихся следующих компетенций: УК-7.

В результате освоения дисциплины студент должен демонстрировать следующие результаты образования:

Таблица 2 – Компетенции и индикаторы их достижения

Компетенции и индикаторы их достижения		Результат обучения по дисциплине (показатели освоения компетенций)
Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	
Универсальные компетенции		
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни	Знать: основные способы самоорганизации и саморазвития, нормы ЗОЖ; Уметь: поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; Владеть: навыками самоорганизации и саморазвития для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
	УК-7.2 Использует основы физической культуры и здорового образа жизни для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внешних и внутренних условий реализации конкретной профессиональной деятельности	Знать: основы физической культуры и здорового образа жизни; Уметь: использовать основы физической культуры и здорового образа жизни для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий; Владеть: здоровьесберегающими технологиями с учётом внешних и внутренних условий при реализации конкретной профессиональной деятельности.
	УК-7.3 Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования	Знать: средства и методы укрепления здоровья; Уметь: грамотно использовать средства и методы укрепления индивидуального здоровья для физического самосовершенствования; Владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования для успешной профессиональной деятельности.

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1 Тематический план дисциплины

Количество часов по учебному плану

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 часов.

Всего часов – 328, из них: лекции – 0 часов, практические занятия – 194 часа, самостоятельная работа – 134 часа, контроль – 0 часов.

Таблица 3 – Распределение фонда времени по темам дисциплины

№ раздела, темы	Наименование модуля (раздела) дисциплины	Всего часов	Виды учебной нагрузки и их трудоемкость, часы			
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	СРС
1 семестр						
1	Легкая атлетика	54	-	36	-	18
2 семестр						
2	Спортивные игры	60	-	32	-	28
3 семестр						
3	Легкая атлетика	64	-	32	-	32
4 семестр						
4	Спортивные игры	60	-	32	-	28
5 семестр						
5	Атлетическая гимнастика, настольный теннис	60	-	32	-	28
6 семестр						
6	Атлетическая гимнастика	30	-	30	-	-
	ВСЕГО ЧАСОВ	328	-	194	-	134

4.1.1 Лекционные занятия

Не предусмотрены учебным планом.

4.1.2 Практические занятия

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Краткое содержание занятия
1 семестр		
1	Легкая атлетика	1. Инструктаж по технике безопасности. 2. Строевые упражнения. Ходьба, бег. 3. ОРУ. 4. Упражнения на гибкость.
2	Легкая атлетика	1. Строевые упражнения. Ходьба, бег. 2. ОРУ. 3. Упражнения на гибкость.
3	Легкая атлетика	1. Ходьба, бег. 2. ОРУ. 3. Упражнения на гибкость.
4	Легкая атлетика	1. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Специальные беговые упражнения. 3. Упражнения на гибкость.
5	Легкая атлетика	1. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Специальные беговые упражнения. 3. Прыжковые упражнения.
6	Легкая атлетика	1. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Специальные беговые упражнения. 3. Эстафеты.
7	Легкая атлетика	1. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Прыжковые упражнения. 3. Эстафеты.
8	Легкая атлетика	1. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Специальные беговые упражнения. 3. Челночный бег.
9	Легкая атлетика	1. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Специальные беговые упражнения. 3. Челночный бег. Тестирование.
2 семестр		
1	Спортивные игры	1. Инструктаж по технике безопасности. 2. Упражнения на гибкость. 3. Волейбол. Ходьба, бег. ОРУ. Стойки. Передвижения. 4. Учебная игра.
2	Спортивные игры	1. Волейбол. Ходьба, бег. ОРУ. Передвижения. Ловля и передачи мяча. 2. Учебная игра.
3	Спортивные игры	1. Волейбол. Ходьба, бег. ОРУ. Передачи мяча двумя руками сверху. 3. Учебная игра.
4	Спортивные игры	1. Волейбол. Ходьба, бег. ОРУ. Прием и передачи мяча двумя руками снизу. 2. Учебная игра.
5	Спортивные игры	1. Волейбол. Ходьба, бег. ОРУ. Нижняя прямая подача мяча. 2. Игра в волейбол.
6	Спортивные игры	1. Баскетбол. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Стойки, перемещения в баскетболе. 3. Учебная игра.
7	Спортивные игры	1. Баскетбол. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Ловля и передачи мяча. 3. Учебная игра.
8	Спортивные игры	1. Баскетбол. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Ведение мяча. Броски в кольцо. 3. Учебная игра.
9	Спортивные игры	1. Баскетбол. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Броски в кольцо. 3. Игра в баскетбол.
3 семестр		
1	Легкая атлетика	1. Инструктаж по технике безопасности. 2. Строевые упражнения. Ходьба, бег. 3. ОРУ. 4. Упражнения на гибкость.
2	Легкая атлетика	1. Строевые упражнения. Ходьба, бег. 2. ОРУ. 3. Упражнения на гибкость.
3	Легкая атлетика	1. Ходьба, бег. 2. ОРУ. 3. Упражнения на гибкость.
4	Легкая атлетика	1. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Специальные беговые упражнения. 3. Упражнения на гибкость.

5	Легкая атлетика	1. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Специальные беговые упражнения. 3. Прыжковые упражнения.
6	Легкая атлетика	1. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Специальные беговые упражнения. 3. Эстафеты.
7	Легкая атлетика	1. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Прыжковые упражнения. 3. Эстафеты.
8	Легкая атлетика	1. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Специальные беговые упражнения. 3. Челночный бег.
9	Легкая атлетика	1. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Специальные беговые упражнения. 3. Тестирование.
4 семестр		
1	Спортивные игры	1. Инструктаж по технике безопасности 2. Ходьба, бег. ОРУ. 3. Стойки, перемещения в баскетболе. 4. Учебная игра.
2	Спортивные игры	1. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Перемещения в баскетболе. 3. Учебная игра.
3	Спортивные игры	1. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Ловля и передачи мяча. 3. Учебная игра.
4	Спортивные игры	1. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Ловля и передачи мяча 2 руками от груди. 3. Учебная игра.
5	Спортивные игры	1. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Ловля и передачи мяча 2 руками сверху. 3. Учебная игра.
6	Спортивные игры	1. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Ведение мяча. 3. Учебная игра.
7	Спортивные игры	1. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Ведение мяча. Дистанционные броски. 3. Учебная игра
8	Спортивные игры	1. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Броски в движении. 3. Игра в баскетбол.
9	Спортивные игры	1. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Контрольные нормативы технической подготовленности.
10	Спортивные игры	1. Волейбол. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Передачи мяча сверху двумя руками. 3. Учебная игра.
11	Спортивные игры	1. Волейбол. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Передачи мяча снизу двумя руками. 3. Учебная игра.
12	Спортивные игры	1. Волейбол. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Нижняя прямая подача. 3. Учебная игра.
13	Спортивные игры	1. Волейбол. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Верхняя прямая подача мяча. 3. Учебная игра.
14	Спортивные игры	1. Волейбол. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Верхняя прямая подача мяча. 3. Учебная игра.
15	Спортивные игры	1. Волейбол. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Верхняя прямая подача мяча. 3. Учебная игра.
16	Спортивные игры	1. Волейбол. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Верхняя прямая подача мяча. 3. Учебная игра.
17	Спортивные игры	1. Контрольные нормативы технической подготовленности. 2. Игра в волейбол.
18	Спортивные игры	1. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Игра в волейбол.
5 семестр		
1	Атлетическая гимнастика	1. Инструктаж по т/б. 2. Контрольные нормативы. Силовые упражнения.
2	Атлетическая гимнастика	1. Ходьба. Силовые упражнения с собственным весом.
3	Атлетическая гимнастика	1. Ходьба, бег. 2. Силовые упражнения с собственным весом.
4	Атлетическая гимнастика	1. Ходьба, бег. Силовые упражнения с собственным весом.
5	Атлетическая гимнастика	1. Ходьба, бег. ОРУ. 2. Силовые упражнения на тренажерах.

6	Атлетическая гимнастика	1. Бег. ОРУ. 2. Силовые упражнения на тренажерах.
7	Атлетическая гимнастика	1. Степ. ОРУ. 2. Силовые упражнения на тренажерах, упражнения на гибкость.
8	Атлетическая гимнастика	1. Бег. ОРУ. 2. Силовые упражнения на тренажерах, упражнения на гибкость.
9	Атлетическая гимнастика	1. Сдача контрольных нормативов.
10	Атлетическая гимнастика	1. Силовые упражнения. 2. Упражнения на гибкость. 3. Упражнения на быстроту и ловкость
11	Настольный теннис	1. Упражнения на гибкость. 2. Силовые упражнения. 3. Упражнения на выносливость.
12	Настольный теннис	1. Стойки игрока. 2. Хват ракетки. 3. Упражнения с ракеткой и шариком
13	Настольный теннис	1. Упражнения с ракеткой и шариком. 2. ОРУ. 3. Техника подачи подставкой.
14	Настольный теннис	1. Упражнения на быстроту и ловкость. 2. ОРУ. 3. Игра подставкой справа и слева
15	Настольный теннис	1. ОРУ. 2. Силовые упражнения. 3. Атакующие удары по диагонали. 4. Игра в защите
16	Настольный теннис	1. ОРУ. 2. Упражнения на гибкость. 3. Тактические схемы. 4. Выполнение подач разными ударами
17	Настольный теннис	1. ОРУ. 2. Упражнения на выносливость. 3. Игра в разных направлениях. 4. Игра на счет разученными ударами. 5. Игра с коротких и длинных мячей.
18	Настольный теннис	1. ОРУ. 2. Отработка ударов накатом. 3. Отработка ударов срезкой. 4. Поочередные удары левой и правой стороной ракетки.
19	Настольный теннис	1. ОРУ. 2. Контрольные нормативы
6 семестр		
1	Атлетическая гимнастика	1. Инструктаж по т/б. 2. Контрольные нормативы. Силовые упражнения.
2	Атлетическая гимнастика	1. Степ. 2. Ходьба. Силовые упражнения с собственным весом.
3	Атлетическая гимнастика	1. Степ. Ходьба, бег. 2. Силовые упражнения с собственным весом.
4	Атлетическая гимнастика	1. Степ. Ходьба, бег. 2. Силовые упражнения с собственным весом.
5	Атлетическая гимнастика	1. Степ. Ходьба, бег. Силовые упражнения на тренажерах.
6	Атлетическая гимнастика	1. Степ. Упражнения на тренажерах в статодинамическом режиме.
7	Атлетическая гимнастика	1. Степ. ОРУ. 2. Силовые упражнения на тренажерах, упражнения на гибкость.
8	Атлетическая гимнастика	1. Степ. ОРУ. 2. Силовые упражнения на тренажерах, упражнения на гибкость.
9	Атлетическая гимнастика	1. Контрольные нормативы.
10	Атлетическая гимнастика	1. Силовые упражнения. 2. Упражнения на расслабление.

4.1.3 Лабораторные занятия(не предусмотрены учебным планом)

4.1.4 Самостоятельная работа студента

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Краткое содержание занятия
1 семестр		
1	Легкая атлетика	<i>Задание для самостоятельной работы:</i> включает: чтение профессиональной литературы, периодических изданий; ответы на теоретические вопросы по теме; выполнение нормативных заданий.
2 семестр		
2	Спортивные игры	<i>Задание для самостоятельной работы:</i> включает: чтение профессиональной литературы, периодических изданий; ответы на теоретические вопросы по теме; выполнение нормативных заданий.
3 семестр		
3	Легкая атлетика	<i>Задание для самостоятельной работы:</i> включает: чтение профессиональной литературы, периодических изданий; ответы на теоретические вопросы по теме; выполнение нормативных заданий.
4 семестр		
4	Спортивные игры	<i>Задание для самостоятельной работы:</i> включает: чтение профессиональной литературы, периодических изданий; ответы на теоретические вопросы по теме; выполнение нормативных заданий.
5 семестр		
5	Атлетическая гимнастика, настольный теннис	<i>Задание для самостоятельной работы:</i> включает: чтение профессиональной литературы, периодических изданий; ответы на теоретические вопросы по теме; выполнение нормативных заданий.
6 семестр		
6	Атлетическая гимнастика	<i>Задание для самостоятельной работы:</i> включает: чтение профессиональной литературы, периодических изданий; ответы на теоретические вопросы по теме; выполнение нормативных заданий.

4.1.5 Интерактивные формы занятий

Не предусмотрены учебным планом.

4.2 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

4.2.1 Литература

1. Ветков, Н. Е. Спортивные и подвижные игры : учебно-методическое пособие / Н. Е. Ветков. – Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания, 2016. – 126 с. – ISBN 2227-8397. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/61049.html> (дата обращения: 25.08.2022). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

2. Ковыршина, Е. Ю. Разновидности спортивных игр : учебное пособие / Е. Ю. Ковыршина, Ю. Н. Эртман, В. Ф. Кириченко ; Министерство спорта Российской

Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики спортивных игр. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. – 108 с. : ил. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483444> (дата обращения: 25.08.2022). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

3. Мостовая, Т. Н. Физическая культура. Подвижные игры в системе физического воспитания в ВУЗе : учебно-методическое пособие для высшего образования / Т. Н. Мостовая. – Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания, 2016. – 72 с. – ISBN 2227-8397. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/65717.html> (дата обращения: 25.08.2022). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

4. Подвижные игры : учебное пособие / В. Ф. Мишенькина, О. С. Шалаев, Т. А. Колупаева, В. Ф. Кириченко ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики спортивных игр. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2004. – 92 с. : сх., ил. – Библиогр.: с. 69. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274873> (дата обращения: 25.08.2022). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

5. Тычинин, Н. В. Элективные курсы по физической культуре и спорту : учебное пособие / Н. В. Тычинин ; под редакцией В. М. Суханова. – Воронеж : Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2017. – 64 с. – ISBN 978-5-00032-250-5. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/70821.html> (дата обращения: 25.08.2022). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

4.2.2 Современные профессиональные базы данных (СПБД) и информационные справочные системы (ИИС)

Таблица 4 – Перечень современных профессиональных баз данных (СПБД) и информационных справочных систем (ИИС)

№ п/п	Наименование СПБД
1	Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система / ООО «Нексмедиа». – Москва : Директ-Медиа, 2001–. – https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub . – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный
2	IPRbooks : электронно-библиотечная система / ЭБС IPRbooks ; ООО «Ай Пи Эр Медиа», электронное периодическое издание «www.iprbookshop.ru». – Саратов, [2010-]. – URL: http://www.iprbookshop.ru/). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
3	Электронная библиотека диссертаций Российской государственной библиотеки (diss/rsl.ru)(доступ осуществляется с компьютеров, находящихся в читальном зале библиотеки).
Наименование ИИС	
1	Справочная правовая система «Консультант Плюс» - www.consultant.ru ;
2	Электронная библиотека Сочинского государственного университета : база данных. – Сочи, [2017-]. – URL: http://lib.sutr.ru/ – Текст : электронный.

4.2.3 Нормативные документы

1. Конституция Российской Федерации от 12.12.1993 (изм. от 14.03.2020 № 1-ФКЗ) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.consultant.ru/>
2. Постановление Правительства РФ от 09.10.2015 N 1085 (ред. от 18.07.2019) "Об утверждении Правил предоставления гостиничных услуг в Российской Федерации"[Электронный ресурс]: - Режим доступа: <http://www.consultant.ru>
3. Постановление Правительства РФ от 16 февраля 2019 г. N 158 "Об утверждении Положения о классификации гостиниц" [Электронный ресурс] : - Режим доступа: <http://www.consultant.ru>
4. Федеральный закон "Об основах туристской деятельности в Российской Федерации" от 24.11.1996 N 132-ФЗ (последняя редакция) [Электронный ресурс]. - Режим доступа: URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_12462/

4.2.4 Интернет-ресурсы и другие электронные информационные источники

№ п/п	Наименование интернет-ресурсов и электронных информационных источников
1.	http://minstm.gov.ru . Официальный сайт Министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации
2.	http://www.infosport.ru/xml/t/default.xml Национальная информационная сеть «Спортивная Россия»
3.	www.olympic.ru Официальный сайт Олимпийского комитета России
4.	http://cnit.ssau.ru/kadis/osnov_set/ Основы физической культуры в вузе. Богданов В.М., Пономарев В.С., Соловов А.В. Самарский областной центр новых информационных технологий (ЦНИТ СГАУ)
5	http://zolk.in.gym5cheb.ru/p22aa1.html Электронные учебники по физической культур

4.3 Формы и содержание текущей и промежуточной аттестации по дисциплине

Для оценки сформированности компетенций разработаны оценочные средства по дисциплине.

Форма и содержание текущей и промежуточной аттестации по дисциплине раскрывается в фонде оценочных средств, который является отдельным документом.

Оценочные средства по дисциплине содержат:

- материалы для текущего контроля оценки знаний по дисциплине;
- материалы для промежуточного контроля оценки знаний по дисциплине.

Перечисленные фонды оценочных средств находятся на кафедре социально-культурного сервиса и туризма.

Примерные вопросы для подготовки к промежуточной аттестации (зачеты):

1 семестр

1. Физическая культура и спорт как социальный феномен общества. Раскройте понятия «физическая культура и спорт», «спорт».
2. Перечислите компоненты физической культуры и дайте определение основным понятиям
3. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.

4. Физическая культура как учебная дисциплина. Цель и задачи физического воспитания студентов
5. Перечислите средства физической культуры и дайте им краткую характеристику
6. Физическая культура и спорт как средство сохранения и укрепления здоровья студентов, их физического и спортивного совершенствования.
7. Перечислите методы физической культуры и дайте им краткую характеристику.

2 семестр

1. Перечислите средства физической культуры и дайте им краткую характеристику
2. Раскройте определение понятия «физические упражнения». Классификация физических упражнений
3. Сформулируйте понятие «техника физических упражнений». Основные характеристики физических упражнений (кинематические, динамические)
4. Раскройте методические принципы физического воспитания
5. Раскройте понятие «методика занятий», ее составляющие
6. Раскройте понятие «метод строго регламентированного упражнения», «метод круговой тренировки».

3 семестр

1. Определение понятия «здоровье», его содержание и критерии
2. Образ жизни студентов и его влияние на здоровье. Здоровый образ жизни студента
3. Перечислите содержательные характеристики составляющих здорового образа жизни. Раскройте их (режим труда и отдыха и т.д.)
4. Личная гигиена и закаливание
5. Влияние окружающей среды и наследственности на здоровье. Роль двигательной функции и повышение уровня адаптации и устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды.
6. Работоспособность и влияние на нее различных факторов. Изменение работоспособности в процессе обучения в вузе.
7. Средства физической культуры и их характеристика. Средства физической культуры, обеспечивающие устойчивость к умственной и физической работоспособности.

4 семестр

1. Дайте характеристику двигательного качества сила. Виды силовых способностей и методика развития силы.
2. Дайте характеристику двигательного качества гибкость. Методика развития гибкости, оценка уровня развития гибкости. Дайте характеристику двигательного качества выносливость. Виды выносливости, методика развития выносливости.
3. Дайте характеристику двигательного качества быстрота. Формы и ее проявления, методика развития.
4. Какие основные этапы обучения двигательным действиям выделяются в спортивной науке. Методика формирования двигательных умений и навыков.
5. Какие формы построения занятий в физическом воспитании вы знаете? Их краткая характеристика.
6. Раскройте определение понятия «здоровье», «параметры здоровья», «уровни здоровья», «количество здоровья», «стандарты здоровья».
7. Какие факторы, и в какой мере влияют на состояние здоровья человека?
8. Что понимаем под образом жизни человека? Раскройте факторы жизнедеятельности студентов, которые оказывают негативное воздействие на состояние здоровья.
9. Раскройте понятие здоровый образ жизни и его положительное влияние на личность студента.

10. Каковы особенности оздоровительного и тренировочного воздействия аэробных упражнений на организм студента?
11. Каковы особенности оздоровительного и тренировочного воздействия силовых упражнений на организм студента?
12. Каковы особенности оздоровительного и тренировочного воздействия естественно-средовых факторов на организм студента?

5 семестр

1. Общая физическая подготовка, цель и задачи.
2. Специальная физическая подготовка, цель и задачи.
3. Структура подготовленности спортсмена.
4. Интенсивность физических нагрузок. Зоны интенсивности нагрузок по частоте сердечных сокращений (ЧСС).
5. Энергозатраты при физических нагрузках разной интенсивности.
6. Значение мышечной релаксации.
7. Возможность и условия коррекции физического развития, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта в студенческом возрасте.
8. Формы занятий физическими упражнениями.
9. Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий.

6 семестр

1. Раскройте понятие «физическая культура», как составная часть культуры общества и личности.
2. Перечислите и охарактеризуйте основные компоненты физической культуры (физическое воспитание, спорт, ППФК, ОРФК, фоновые виды физической культуры, адаптивная физическая культура).
3. Дайте характеристику «Физической культуры» как учебной дисциплины. Цель и задачи физического воспитания студентов.
4. Каким образом организован процесс физического воспитания студентов вуза? Методические основы распределения студентов по учебным группам.
5. Перечислите основополагающие законодательные, инструктивные и программные документы, регламентирующие процесс физического воспитания в вузе.
6. Перечислите средства физической культуры и дайте их краткую характеристику.
7. Раскройте определение понятия «физические упражнения». Классификация физических упражнений.
8. Сформулируйте понятие «техника физических упражнений». Основные характеристики физических упражнений (кинематические, динамические).
9. Раскройте методические принципы физического воспитания.
10. Раскройте понятие «методика занятий». Каковы ее составляющие?
11. Раскройте понятие «метод строго регламентированного упражнения» и «метод круговой тренировки».
12. Дайте характеристику двигательного качества сила. Виды силовых способностей и методика развития силы.
13. Дайте характеристику двигательного качества гибкость. Методика развития гибкости, оценка уровня развития гибкости.
14. Дайте характеристику двигательного качества выносливость. Виды выносливости, методика развития выносливости.
15. Дайте характеристику двигательного качества быстрота. Формы и ее проявления, методика развития.
16. Какие основные этапы обучения двигательным действиям выделяются в спортивной науке. Методика формирования двигательных умений и навыков.

17. Какие формы построения занятий в физическом воспитании вы знаете? Их краткая характеристика.
18. Раскройте определение понятия «здоровье», «параметры здоровья», «уровни здоровья», «количество здоровья», «стандарты здоровья».
19. Какие факторы, и в какой мере влияют на состояние здоровья человека?
20. Что понимаем под образом жизни человека? Раскройте факторы жизнедеятельности студентов, которые оказывают негативное воздействие на состояние здоровья.
21. Раскройте понятие здоровый образ жизни и его положительное влияние на личность студента.
22. Каковы особенности оздоровительного и тренировочного воздействия аэробных упражнений на организм студента?

5 УСЛОВИЯ ОСВОЕНИЯ И РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1 Методические рекомендации обучающимся по изучению дисциплины

В течение семестра студенты осуществляют учебные действия на лекционных и практических занятиях, усваивают и повторяют основные понятия. Контроль эффективности самостоятельной работы студентов осуществляется путем проверки освоения ими учебных заданий, предусмотренных для самостоятельной отработки.

Преподавание и изучение учебной дисциплины осуществляется в виде лекционных и практических занятий, групповых и индивидуальных форм работы, самостоятельной работы студентов.

Методические рекомендации по подготовке студентов к лабораторным занятиям

Для лучшего усвоения и закрепления материала по данной дисциплине студентам необходимо научиться работать с литературой. Изучение дисциплины предполагает в том числе отслеживание публикаций в периодических изданиях и работу с Internet.

При подготовке к занятиям студенты должны изучить рекомендованную литературу, ответить на вопросы и выполнить все задания для самостоятельной работы. При подготовке целесообразно на основе изучения рекомендованной литературы выписать в конспект основные понятия и категории по учебной дисциплине, подготовить развернутые планы ответов и краткое содержание выполненных заданий.

Методические рекомендации студентам по организации самостоятельной работы по изучению литературных источников

При организации самостоятельной работы, следует обратить особое внимание на регулярность изучения литературы. В период изучения литературных источников необходимо так же вести конспект. В случае затруднений необходимо обратиться к преподавателю за разъяснениями.

5.2 Организация самостоятельной работы студента по дисциплине

Самостоятельная работа студента является ключевой составляющей учебного процесса, которая определяет формирование навыков, умений и знаний, приемов познавательной деятельности и обеспечивает интерес к творческой работе.

Организация самостоятельной работы студентов осуществляется по трем направлениям:

- определение цели, программы, плана задания или работы;
- со стороны преподавателя студенту оказывается помощь в технике изучения материала, подборе литературы для ознакомления и написания курсовой работы, проекта,

реферата;

- контроль усвоения знаний, приобретения навыков по дисциплине, оценка выполненной контрольной и курсовой работы, проекта.

Мерами по обеспечению выполнения обучающимися всех видов самостоятельной работы являются (указать при наличии ниже перечисленных пунктов):

- наличие помещения для СРС;
- обеспечение средствами вычислительной техники,

программное обеспечение;

- наличие раздаточного материала, комплектов индивидуальных заданий, учебно-методических материалов, тем рефератов со списком рекомендуемой литературы, рекомендаций по решению типовых задач, образцов отчетов о выполнении СРС ит.п.;

обеспечение учебно-методической и справочной литературой всех видов самостоятельной работы (например, методические указания по выполнению курсовых проектов, работ, РГР, контрольных работ, сборники тестовых заданий, сборники задач по дисциплине).

Дисциплина обеспечена учебно-методической литературой в объеме, достаточном для проведения всех предусмотренных видов учебных занятий.

Каждый обучающийся по дисциплине обеспечен учебно-методической литературой.

5.3 Особенности преподавания дисциплины

В целях максимального усвоения дисциплины используются следующие технологии обучения:

Лекция - учебное занятие, составляющее основу теоретического обучения и дающее систематизированные основы научных знаний по дисциплине, раскрывающее состояние и перспективы развития соответствующей области науки и техники, концентрирующее внимание обучающихся на наиболее сложных, узловых вопросах, стимулирующее их познавательную деятельность и способствующее формированию творческого мышления.

Самостоятельная работа студента, предусматривает выполнение работы - задание, которое требует от студента воспроизведения и/или обработки полученной ранее информации в форме, определяемой преподавателем, и требующей, как правило, творческого подхода.

Преподавание дисциплины опирается на современный подход к обучению и ориентируется на внесение в процесс обучения новизны, обусловленной особенностями динамики развития жизни и деятельности, спецификой различных технологий обучения и потребностями личности, общества и государства в выработке у обучаемых социально полезных знаний, убеждений, черт и качеств характера, отношений и опыта поведения.

Проведение всех видов занятий при преподавании дисциплины, проведение консультаций, промежуточная и текущая аттестация возможна с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

5.4 Материально-техническое обеспечение дисциплины

При обучении дисциплине используется следующее материально-техническое обеспечение:

1. Аудитории для проведения лекционных и практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Аудитории укомплектованы специализированной мебелью, отвечающей всем установленным нормам и требованиям, учебно-наглядными материалами (стенды, презентации по дисциплине, видеофильмы), техническими средствами обучения.

2. Помещение для самостоятельной работы: библиотека, читальный зал: помещение для самостоятельной работы: столы, стулья. Компьютерная техника с подключением к сети «Интернет» с обеспечением доступа в ЭИОС филиала.

Таблица 6 – Перечень программного обеспечения

№ п/п	Перечень ПО
1	Microsoft Windows Vista Business Russian Upgrade Academic OPEN No Level
2	Microsoft Office Professional Plus 2007 Russian Academic OPEN No Level
3	Dr.Web Desktop Security Suite, LBW-BC-12M-65-A-1
4	Программа EхаHotel
5	АСУ гостиницей «Эдельвейс»
6	ПО Корс-Софт «Мини-Отель Плюс»
7	ПО Корс-Софт «Мини-Кулинария»

При организации занятий, текущей и промежуточной аттестации с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий используются различные электронные образовательные ресурсы и онлайн сервисы, входящие в состав ЭИОС филиала СГУ в г. Анапе.

5.5 Методическое обеспечение образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Условия организации и содержание обучения и контроля знаний инвалидов и обучающихся с ОВЗ по дисциплине определяются программой дисциплины, адаптированной при необходимости для обучения указанных обучающихся.

Организация обучения, текущей и промежуточной аттестации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Исходя из психофизического развития и состояния здоровья студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ, организуются занятия совместно с другими обучающимися в общих группах, используя социально-активные и рефлексивные методы обучения создания комфортного психологического климата в студенческой группе или, при соответствующем заявлении такого обучающегося, по индивидуальной программе, которая является модифицированным вариантом основной рабочей программы дисциплины. При этом содержание программы дисциплины не изменяется. Изменяются, как правило, формы обучения и контроля знаний, образовательные технологии и дидактические материалы.

Обучение студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ также может осуществляться индивидуально и/или с применением дистанционных технологий.

Дистанционное обучение обеспечивает возможность коммуникаций с преподавателем, а так же с другими обучаемыми посредством вебинаров (например, с использованием программы Skype), что способствует сплочению группы, направляет учебную группу на совместную работу, обсуждение, принятие группового решения.

В учебном процессе для повышения уровня восприятия и переработки учебной информации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ применяются мультимедийные и специализированные технические средства приема-передачи учебной информации в доступных формах для студентов с различными нарушениями, обеспечивается выпуск альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт), электронных образовательных ресурсов в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся, наличие необходимого материально-технического оснащения.

Подбор и разработка учебных материалов производится преподавателем с учетом того, чтобы студенты с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения – аудиально (например, с использованием программ-синтезаторов речи).

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ фонд оценочных средств по дисциплине, позволяющий оценить достижение ими результатов обучения и уровень сформированности компетенций, предусмотренных учебным планом и рабочей программой дисциплины, адаптируется для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом индивидуальных психофизиологических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости обучающимся предоставляется дополнительное время для подготовки ответа при прохождении аттестации.

Приложение к рабочей программе дисциплины
Б1.В.ДВ.09.01 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту.
Спортивные и подвижные игры

Шифр и направление подготовки	43.03.03 «Гостиничное дело»
Квалификация (степень) выпускника	Бакалавр
Профиль подготовки бакалавра	«Гостиничная деятельность»

АННОТАЦИЯ

рабочей программы дисциплины
Б1.В.ДВ.09.01 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту.
Спортивные и подвижные игры
наименование дисциплины по учебному плану

Дисциплина по выбору

статус дисциплины – дисциплина обязательной части учебного плана

Очная
форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ/час)	328
Цель изучения дисциплины	формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.
Содержание дисциплины (основные разделы)	1 семестр Легкая атлетика. 2 семестр Спортивные игры. 3 семестр Легкая атлетика. 4 семестр Спортивные игры. 5 семестр Атлетическая гимнастика, настольный теннис. 6 семестр Атлетическая гимнастика.
Формируемые компетенции (коды)	УК-7
Коды и наименование индикатора достижения компетенции	УК-7.1Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни УК-7.2Использует основы физической культуры и здорового образа жизни для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внешних и внутренних условий реализации конкретной профессиональной деятельности УК-7.3Владеет средствами и методами укрепления

	индивидуального здоровья, физического самосовершенствования
Дисциплины, участвующие в формировании компетенции	Б1.О.06 Физическая культура и спорт Б1.В.ДВ.09.02 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Фитнес. Б1.В.ДВ.09.03 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Общая физическая подготовка для студентов с отклонениями в состоянии здоровья.
Образовательные технологии	Практические занятия, самостоятельная работа, консультации
Форма промежуточной аттестации (<i>экзамен, зачет с оценкой, зачет</i>)	Зачёты