

Приложение

К ООП по специальности/профессии

43.02.16 Туризм и гостеприимство

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**СГ.04 Физическая культура / Адаптивная физическая
культура**

2023

Программу составили:

1. Глазова Елена Анатольевна

Дисциплина: СГ.04 Физическая культура / Адаптивная физическая культура

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 42.02.01 Реклама, 42.02.01 Реклама (ITHub) утверждённым приказом Минобрнауки России от 21.07.2023 г. №552.

Рабочая программа учебной дисциплины составлена на основании учебного плана по специальности «43.02.16 Туризм и гостеприимство»

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Рассмотрено и рекомендовано на заседании кафедры Строительства и дизайна

Протокол №7 от 24.05.2023

Заведующий кафедрой Воробьева Лариса Викторовна

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

СГ.04 Физическая культура / Адаптивная физическая культура (наименование дисциплины)

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Учебная дисциплина СГ.04 Физическая культура / Адаптивная физическая культура является обязательной частью цикла основной образовательной программы в соответствии ФГОС «42.02.01 Реклама, 42.02.01 Реклама (ITHub)» по специальности. Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии общих компетенций (ОК), профессиональных компетенций (ПК):

1. ОК 8 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности
2. лр 9 Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях
3. Базовый код ЛР 2

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ОК, ПК	Умения	Знания
ОК 8, лр 9, Базовый код	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности	роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека основы здорового образа жизни условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности средства профилактики перенапряжения

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объём учебной дисциплины и виды учебной дисциплины

Вид учебной работы	Объём в часах
Лекционные занятия	12
Практические занятия	68
Практическая подготовка	70
Общий объём образовательной программы учебной дисциплины, в том числе в форме практической подготовки	150
Форма(-ы) контроля: Зачет, Зачет, Зачет, Дифференцированный зачет	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины СГ.04 Физическая культура / Адаптивная физическая культура

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объём в часах	Уровень освоения	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
Тема 1 Основы знаний	Содержание учебного материала			<u>Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)</u>
	1 Практическая подготовка №1 Основы знаний	2	2	
	2 Лекционные занятия №1 Основы знаний	2	1	
Тема 2 Профессионально - прикладная физическая подготовка	Содержание учебного материала			<u>Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)</u>
	1 Практическая подготовка №2 Профессионально - прикладная физическая подготовка	2	2	
	2 Лекционные занятия №2 Основы знаний	2	1	
Тема 3 Основная гимнастика	Содержание учебного материала			<u>Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)</u>
	1 Практическая подготовка №3 Основная гимнастика	2	2	
Тема 4 Лёгкая атлетика	Содержание учебного материала			<u>Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)</u>
	1 Практическая подготовка №4 Лёгкая атлетика	2	2	
Тема 5 Баскетбол	Содержание учебного материала			<u>Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)</u>
	1 Практическая подготовка №5 Баскетбол	2	2	
Тема 6 Волейбол	Содержание учебного материала			<u>Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)</u>
	1 Практическая подготовка №6 Волейбол	2	2	
Тема 7 Настольный теннис	Содержание учебного материала			<u>Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)</u>
	1 Практическая подготовка №7 Настольный теннис	2	2	
Тема 8 Фитнес-аэробика	Содержание учебного материала			<u>Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)</u>
	1 Практическая подготовка №8 Фитнес-аэробика	2	2	
Тема 9 Основы знаний	Содержание учебного материала			<u>Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)</u>
	1 Практическая подготовка №9 Основы знаний	2	2	
	2 Лекционные занятия №3 Основы знаний	2	1	
Тема 10 Профессионально - прикладная физическая подготовка	Содержание учебного материала			<u>Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)</u>
	1 Практическая подготовка №10 Профессионально - прикладная физическая подготовка	2	2	
	2 Лекционные занятия №4 Основы знаний	2	1	
Тема 11 Основная гимнастика	Содержание учебного материала			<u>Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)</u>
	1 Практическая подготовка №11 Основная гимнастика	2	2	
Тема 12 Баскетбол	Содержание учебного материала			<u>Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)</u>
	1 Практическая подготовка №12 Баскетбол	2	2	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объём в часах	Уровень освоения	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
Тема 13 Волейбол	Содержание учебного материала			Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)
	1 Практическая подготовка №13 Волейбол	2	2	
Тема 14 Настольный теннис	Содержание учебного материала			Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)
	1 Практическая подготовка №14 Настольный теннис	2	2	
Тема 15 Фитнес-аэробика	Содержание учебного материала			Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)
	1 Практическая подготовка №15 Фитнес-аэробика	2	2	
Тема 16 Фитнес-аэробика	Содержание учебного материала			Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)
	1 Практическая подготовка №16 Фитнес-аэробика	2	2	
Тема 17 Атлетическая гимнастика	Содержание учебного материала			Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)
	1 Практическая подготовка №17 Атлетическая гимнастика	2	2	
Тема 18 Основы знаний	Содержание учебного материала			Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)
	1 Практическая подготовка №18 Основы знаний	2	2	
	2 Лекционные занятия №5 Основы знаний	2	1	
Тема 19 Профессионально - прикладная физическая подготовка	Содержание учебного материала			Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)
	1 Практическая подготовка №19 Профессионально - прикладная физическая подготовка	2	2	
Тема 20 Баскетбол	Содержание учебного материала			Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)
	1 Практическая подготовка №20 Баскетбол	2	2	
Тема 21 Волейбол	Содержание учебного материала			Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)
	1 Практическая подготовка №21 Волейбол	2	2	
Тема 22 Настольный теннис	Содержание учебного материала			Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)
	1 Практическая подготовка №22 Настольный теннис	2	2	
Тема 23 Фитнес-аэробика	Содержание учебного материала			Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)
	1 Практическая подготовка №23 Фитнес-аэробика	2	2	
Тема 24 Фитнес-аэробика	Содержание учебного материала			Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)
	1 Практическая подготовка №24 Фитнес-аэробика	2	2	
Тема 25 Атлетическая гимнастика	Содержание учебного материала			Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)
	1 Практическая подготовка №25 Атлетическая гимнастика	2	2	
Тема 26 Основы знаний	Содержание учебного материала			Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)
	1 Практическая подготовка №26 Основы знаний	2	2	
	2 Лекционные занятия №6 Основы знаний	2	1	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объём в часах	Уровень освоения	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
Тема 27 Профессионально - прикладная физическая подготовка	Содержание учебного материала 1 Практическая подготовка №27 Профессионально - прикладная физическая подготовка	2	2	<u>Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)</u>
Тема 28 Основная гимнастика	Содержание учебного материала 1 Практическая подготовка №28 Основная гимнастика	2	2	<u>Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)</u>
Тема 29 Волейбол	Содержание учебного материала 1 Практическая подготовка №29 Волейбол	2	2	<u>Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)</u>
Тема 30 Волейбол	Содержание учебного материала 1 Практическая подготовка №30 Волейбол	2	2	<u>Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)</u>
Тема 31 Настольный теннис	Содержание учебного материала 1 Практическая подготовка №31 Настольный теннис	2	2	<u>Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)</u>
Тема 32 Фитнес-аэробика	Содержание учебного материала 1 Практическая подготовка №32 Фитнес-аэробика	2	2	<u>Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)</u>
Тема 33 Фитнес-аэробика	Содержание учебного материала 1 Практическая подготовка №33 Фитнес-аэробика	2	2	<u>Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)</u>
Тема 34 Атлетическая гимнастика	Содержание учебного материала 1 Практическая подготовка №34 Атлетическая гимнастика	2	2	<u>Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)</u>
Тема 35 Атлетическая гимнастика	Содержание учебного материала 1 Практическая подготовка №35 Атлетическая гимнастика	2	2	<u>Данные не найдены (к темам в разделе не привязано компетенций)</u>
Всего		<u>Тематическая и плановая расчасовка не совпадает (150 пл. ч. / 82 тем. ч.)</u>		

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

- 1 - ознакомительный (ознакомление с ранее изученными объектами, свойствами);
- 2 - репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);
- 3 - продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие помещения:

Спортивный зал

Многофункциональный зал игровых видов спорта:

1. (Оборудование для лиц с ОВЗ и инвалидов) Гимнастическая лестница (1 шт.)
2. (Оборудование для лиц с ОВЗ и инвалидов) Комплексные тренажёры (для укрепления позвоночника, укрепления мышц бедра и голени, разработки нижних конечностей) (3 шт.)
3. (Оборудование для лиц с ОВЗ и инвалидов) Велотренажёры (2 шт.)
4. (Оборудование для лиц с ОВЗ и инвалидов) Шведская стенка (1 шт.)
5. (Оборудование для лиц с ОВЗ и инвалидов) Беговая (роликовая) дорожка (1 шт.)
6. навесная скамья на шведскую стенку (2 шт.)
7. Скакалки (20 шт.)
8. Обручи (5 шт.)
9. Поролоновые гимнастические маты (4 шт.)
10. Пристанные лестницы с навесными перекладинами (2 шт.)
11. фитнес платформа (15 шт.)
12. ракетка для н/т DonicSchidkroet (4 шт.)
13. мяч для настольного тенниса TORRES (3 шт.)
14. мячи волейбольные (5 шт.)
15. мячи мини футбольные (6 шт.)
16. шведская стенка комбинированная (2 шт.)
17. турник на шведскую стенку (2 шт.)
18. навесные брусья на шведскую стенку (2 шт.)
19. мячи баскетбольные (4 шт.)

Спортивная площадка:

1. Ворота мини-футбольные (2 шт.)
2. Лаз «Разрушенный мост» (1 шт.)
3. Лабиринт (1 шт.)
4. Бум-бревно на цепях (1 шт.)
5. Лаз «Трап» (1 шт.)

6. Стойки для волейбола (2 шт.)

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

3.2.1. Основные печатные издания

1. Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С. Физическая культура (СПО): Учебник <https://www.book.ru/book/926242> Москва: КноРус, 2021

3.2.2. Дополнительные источники

1. Виленский М.Я., Горшков А.Г. Физическая культура (СПО): Учебник <https://www.book.ru/book/919382> Москва: КноРус, 2021

3.2.3. Интернет-ресурсы

1. <https://www.book.ru>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Образовательные результаты освоения образовательной программы учебной дисциплины, подлежащие проверке

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
Знание		
роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека основы здорового образа жизни условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности средства профилактики перенапряжения	знает роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека основы здорового образа жизни условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности средства профилактики перенапряжения	Контрольные нормативы, защита рефератов
Умение		
использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности	умеет использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности	Контрольные нормативы, защита рефератов

4.2. Матрица соответствия контрольно-оценочных средств образовательным результатам учебной дисциплины

Результаты обучения	Коды компетенций	Фонды оценочных средств
Знание		
роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека основы здорового образа жизни условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности средства профилактики перенапряжения	лр 9, ОК 8, Базовый код, лр 9, ОК 8	Задания к практическим занятиям №1-60
Умение		
использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности	лр 9, ОК 8, Базовый код, лр 9, ОК 8	Задания к практическим занятиям №1-60

Вопросы к практическому занятию указаны в методических указаниях к практическим занятиям по дисциплине Физическая культура / Адаптивная физическая культура для обучающихся специальности "Туризм и гостеприимство". Ставрополь, 2023 Вопросы к практическому занятию указаны в методических указаниях к практическим занятиям по дисциплине Физическая культура / Адаптивная физическая культура для обучающихся специальности "Туризм и гостеприимство". Ставрополь, 2023 Вопросы к практическому занятию указаны в методических указаниях к практическим занятиям по дисциплине Физическая культура / Адаптивная физическая культура для обучающихся специальности "Туризм и гостеприимство". Ставрополь, 2023 Вопросы к

