

	<p align="center"><b>Министерство культуры Российской Федерации</b></p>
	<p align="center"><b>Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Санкт-Петербургский государственный институт культуры»</b></p>
	<p align="center"><b>Аннотация рабочей программы дисциплины «Физическая культура»</b></p>

**АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ  
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

<b>Направление</b>	<b>43.03.02 Туризм</b>
<b>Направленность</b>	<b>Организация экскурсионных услуг</b>
<b>Кафедра:</b>	<b>физического воспитания</b>
<b>Зав. кафедрой:</b>	<b>Бледнова В.Н.</b>
<b>Исполнено</b>	<b>Шепелевой М.И.</b>
<b>Факультет:</b>	<b>-</b>
<b>Форма обучения:</b>	<b>очная, заочная</b>
<b>Объем в зач. ед.:</b>	<b>2</b>
<b>Форма промежуточной аттестации:</b>	<b>зачет</b>

Санкт-Петербургский государственный институт культуры		Стр. 2 из 2
АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»		Версия: 1

Дисциплина «Физическая культура» посвящена формированию 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.

Курс предполагает изучение научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни.

Особое внимание уделяется методам самокоррекции при проведении самоконтроля за своим психофизическим состоянием.

### **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:**

**ОК-7** - способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, пропаганда активного долголетия, здорового образа жизни и профилактики заболеваний.

### **Темы занятий:**

1. Физическая культура в профессиональной подготовке студентов и социо-культурное развитие личности студента.
2. Социально-биологические основы физической культуры.
3. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья.
4. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.
5. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания.
6. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.
7. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.
8. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений с профессиональной направленностью.
9. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.
10. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов.

**Образовательные технологии:** ролевые игры и сюжетно-ролевое моделирование, проектирование комплексов физических упражнений, компьютерное тестирование и компьютерная презентация лекционного курса.

Согласовано:  
Начальник  
учебно-методического управления



А.Н. Миронова