

АННОТАЦИЯ
рабочей программы по дисциплине
ВАЛЕОЛОГИЯ
основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки высшего образования
43.03.02 «Туризм»

Профиль подготовки:

Технология и организация спортивно-оздоровительных услуг

Квалификация – бакалавр

Форма обучения – очная, заочная

1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

1.1. ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ:

Рабочая программа учебной дисциплины Б.1.ДВ.05 «**Валеология**» составлена в соответствии с учебным планом подготовки *бакалавров* по направлению **43.03.02 – «Туризм»** в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования и утвержденными стандартами и положениями Университета.

Целью освоения дисциплины является освоением студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области здорового образа жизни и реализация их в своей профессиональной деятельности. Полученные знания создадут целостный взгляд на составление индивидуальной программы здорового образа жизни для различных категорий людей: лица занимающихся физической культурой и спортом, спортсменов, больных и инвалидов.

1.2. ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

Результатом освоения дисциплины определяются способностью применять знания, умения и личные качества в соответствии с задачами профессиональной деятельности.

Бакалавр по направлению подготовки 43.03.02 – «Туризм» должен решать следующие профессиональные задачи в соответствии с видами профессиональной деятельности и образовательной программы:

Научно-исследовательская деятельность:

- адаптация инновационных технологий к деятельности предприятий туристской индустрии;

Производственно-технологическая деятельность:

- использование информационных и коммуникативных технологий в процессе разработки и реализации туристского продукта;

Сервисная деятельность:

- организация процесса обслуживания потребителей и (или) туристов, формирование клиентурных отношений.

1.3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП:

Дисциплина относится к *вариативной* части (Дисциплинам по выбору студента Б.1.ДВ.05). В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе по очной форме обучения, на 4 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: (*зачет*). Для успешного освоения дисциплины требований к входным знаниям, умениям и компетенциям студента, полученных в структуре данной ОПОП нет.

1.4. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

1.4.1. В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

общекультурные (ОК-4): способность работать в команде, толерантно воспринимать социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия;

профессиональные (ПК-13): способность к общению с потребителями туристского продукта, обеспечению процесса обслуживания с учетом требований потребителей и (или) туристов.

1.4.2. В результате изучения дисциплины студент будет:

Знать:	<ul style="list-style-type: none">✓ Анатомо-физиологические и биохимические особенности главных систем организма человека, закономерности психо-физического развития и особенности их проявления в разные возрастные периоды (ОК-4);✓ Принципы и методы физического воспитания различных контингентов населения России, основы теории и методики обучения базовым видам физическо-спортивной деятельности (ПК-13);✓ Социально-биологические основы, цели, задачи, ведущие направления двигательной рекреации с различными группами населения (ПК-13)✓ Классификацию и системы восстановления работоспособности у лиц занимающихся физической культурой и спортом (ПК-13);✓ Порядок организации службы безопасности и медицинского обеспечения на занятиях физической культурой и спортом (ПК-13);✓ Организационные аспекты привлечения волонтеров для пропаганды активного долголетия (ПК-13).✓ Современные программы оздоровительных тренировок для всех возрастных категорий населения России (ОК-4);✓ Способы научно-практического совершенства и пути модификации оздоровительных технологий управления видами питания и массой тела человека (ОК-4);✓ Классификацию соматотипов и способов психологической саморегуляции (ОК-4);✓ Основные принципы выбора адекватного питания на основе морфофункциональных, психологических и возрастных особенностей занимающихся (ОК-4);✓ Методы медико-биологического, педагогического и психологического контроля состояния здоровья у занимающихся (ОК-4);✓ Факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе спортивной деятельности (ПК-13);✓ Основные подходы восстановления психофизического состояния при занятии фитнесом, физической культурой, спортом (ПК-13);
Уметь:	<ul style="list-style-type: none">✓ Использовать современный научный потенциал в области физической культуры и спорта для воспитания стремления к здоровому образу жизни, навыков личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма и потребности в физкультурно-оздоровительных занятиях (ОК-4);✓ Определять уровень готовности и способности личности заниматься физкультурно-оздоровительной деятельностью (ОК-4);✓ Оценивать общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации, как основной части гармоничного развития человека, укрепления ее здоровья и физического совершенства (ОК-4);✓ Планировать и проводить различные формы занятий с учетом возраста и уровня физической подготовки в целях поддержания и укрепления здоровья занимающихся (ПК-13);✓ Подбирать по состоянию здоровья средства и методы адекватные поставленным целям (ПК-13);✓ Составлять и реализовывать индивидуальные оздоровительные программы для лиц, занимающихся физической культурой и спортом различных возрастов (ОК-4);✓ Выбирать адекватные методы коррекции физическим состоянием на основе морфофункциональных особенностей (ПК-13);✓ Критически оценивать и корректировать технологии управления массой тела, психическим и физическим состоянием (ПК-13);✓ Оценивать уровень здоровья, качество жизни, факторы восстановления

	здорового образа жизни у населения России (ОК-4); ✓ Планировать различные формы оздоровительных занятий с учетом медико-биологических основ физкультурной деятельности в целях поддержания здоровья и рекреации занимающихся (ОК-4);
Владеть:	✓ Умениями и навыками психофизического самосовершенства на основе научного представления о здоровом образе жизни (ОК-4); ✓ Методами проведения психофизических рекреации по восстановлению работоспособности и обеспечению активного долголетия с учетом индивидуальных особенностей организма занимающихся физической культурой и спортом (ОК-4); ✓ Средствами организации службы безопасности и медицинского обеспечения на занятиях физической культурой и спортом (ПК-13); ✓ Способами нормирования и контроля тренировочных нагрузок в программе здорового образа жизни (ПК-13); ✓ Личным опытом выбора методов психологической саморегуляции, питания, дыхания, очистки организма и комплекса статических и динамических упражнений (ПК-13); ✓ Навыками научного анализа и прогнозирования результатов своей спортивной деятельности и занимающихся на всех этапах восстановления (ПК-13); ✓ Опыт организации и проведения оздоровительных тренировок с применением современных программ (ОК-4);

1.5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения – 5 семестр

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
					5
Аудиторные занятия (всего)	34				34
Лекции	12				12
Практические занятия (ПЗ)					
Семинары (С)	22				22
Лабораторные работы (ЛР)	-				-
Самостоятельная работа (всего)	72				72
<i>В том числе:</i>					
Деловая игра					
Подготовка к текущим контролям	10				10
Подготовка к рубежному контролю	6				6
Реферат/презентация	12				12
<i>Другие виды самостоятельной работы:</i>					
Подготовка к сдаче зачета	10				10
Изучение теоретического материала	34				34
Вид промежуточной аттестации - зачет					
Общая трудоемкость часы	72				72
зачетные единицы	2				2

*Примечание: из 34 часов занятий – 8 часов в интерактивной форме

заочная форма обучения 7 семестр

Вид учебной работы	Всего часов	семестры			
					7
Аудиторные занятия (всего)	8				8
Лекции	2				2
Практические занятия (ПЗ)	6				6
Семинары (С)					
Самостоятельная работа (всего)	64				64

<i>В том числе:</i>				
Контрольная работа (КР)	10			10
Реферат/презентация	10			10
<i>Другие виды самостоятельной работы:</i>				
<i>Подготовка к сдаче зачета</i>	10			10
<i>Изучение теоретического материала</i>	34			34
Вид промежуточной аттестации - зачет				
Общая трудоемкость часы	72			72
зачетные единицы	2			2

*Примечание: из 8 часов занятий – 2 часа в интерактивной форме