МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Волгоградский государственный социально-педагогический университет»
Институт технологии, экономики и сервиса
Кафедра физической культуры

«УТВЕРЖДАЮ»
Проректор по учебной работе
_____ Ю. А. Жадаев
«29» марта 2021 г.

Элективные дисциплины по физической культуре и спорту

Программа учебной дисциплины

Направление 38.03.01 «Экономика»

Профиль «Финансы и кредит»

заочная форма обучения

Волгоград
2021

Обсуждена на заседании кафедры физической культуры « 15 » февраля 2021 г., протокол № 6

Заведующий кафедрой _____ И.Ю. Головинова « 15 » февраля 2021 г.
(подпись) (зав. кафедрой) (дата)

Рассмотрена и одобрена на заседании учёного совета института технологии, экономики и сервиса « 19 » февраля 2021 г., протокол № 5

Председатель учёного совета _____ А.В. Шохнех « 19 » февраля 2021 г.
(подпись) (дата)

Утверждена на заседании учёного совета ФГБОУ ВО «ВГСПУ» « 29 » марта 2021 г., протокол № 6

Отметки о внесении изменений в программу:

Лист изменений № _____ _____ _____ _____
(подпись) (руководитель ОПОП) (дата)

Лист изменений № _____ _____ _____ _____
(подпись) (руководитель ОПОП) (дата)

Лист изменений № _____ _____ _____ _____
(подпись) (руководитель ОПОП) (дата)

Разработчики:
Головинова Ирина Юрьевна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры физической культуры ФГБОУ ВО «ВГСПУ».

Программа дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» соответствует требованиям ФГОС ВО по направлению подготовки 38.03.01 «Экономика» (утверждён приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 12 ноября 2015 г. № 1327) и базовому учебному плану по направлению подготовки 38.03.01 «Экономика» (профиль «Финансы и кредит»), утверждённому Учёным советом ФГБОУ ВО «ВГСПУ» (от 29 марта 2021 г., протокол № 6).

1. Цель освоения дисциплины

Формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств, методов физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» относится к вариативной части блока дисциплин.

Профильной для данной дисциплины является организационно-управленческая профессиональная деятельность.

Для освоения дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» обучающиеся используют знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Маркетинг», «Физическая культура и спорт», «Концепции современного естествознания», прохождения практики «Практика по получению первичных профессиональных умений и навыков».

Освоение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплин «Маркетинг», «Бизнес-анализ», «Инновационный менеджмент», «Конфликтология», «Организационная культура», «Психология», «Социология», «Тайм-менеджмент», прохождения практик «Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности», «Преддипломная практика».

3. Планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:

– способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8);

– способностью организовать деятельность малой группы, созданной для реализации конкретного экономического проекта (ПК-9).

В результате изучения дисциплины обучающийся должен:

знать

– теоретико-методические и организационные основы физической культуры и здорового образа жизни;

– социальную роль физической культуры в развитии индивидуальных психофизических качеств, для реализации процесса самоопределения, саморазвития, самосовершенствования и готовности к профессиональной деятельности;

– средства и методы развития физических качеств в процессе занятий физической культурой;

– основы техники безопасности на занятиях;

уметь

– определять педагогические возможности различных средств, методов и приемов организации в обучении, развитии и воспитании;

– оценивать эффективность занятий на физическое состояние организма;

владеть

– навыками творческого применения физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей;

– средствами и методами формирования здорового стиля жизни, физического самосовершенствования и самовоспитания;

– двигательными умениями и навыками из различных видов спорта и систем физических упражнений, определяющих психофизическую готовность к профессиональной деятельности.

4. Объёмдисциплиныивидыучебнойработы

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		1л / 2л
Аудиторные занятия (всего)	4	– / 4
В том числе:		
Лекции (Л)	–	– / –
Практические занятия (ПЗ)	4	– / 4
Лабораторные работы (ЛР)	–	– / –
Самостоятельная работа	320	162 / 158
Контроль	4	– / 4
Вид промежуточной аттестации		– / ЗЧ
Общая трудоемкость часы	328	162 / 166
зачётные единицы	9.11	4.5 / 4.61

5.Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование разделадисциплины	Содержание раздела дисциплины
1	Методико-практический раздел	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Обзор и краткая характеристика видов спорта и систем физических упражнений. Правила организации и проведения соревнований по в/спорта. Техника безопасности.
2	Учебно-тренировочный раздел по видам спорта и системам физических упражнений	Обучение и совершенствование техники структуры двигательных действий видов спорта и систем физических упражнений. Совершенствование функциональной и физической подготовленности студентов.
3	Контрольный раздел	Контрольные упражнения для оценки общей физической подготовленности. Контрольные упражнения для оценки специальной физической подготовленности по видам спорта и системам физических упражнений.

5.2. Количество часов и виды учебных занятий по разделам дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекц.	Практ. зан.	Лаб. зан.	СРС	**Всего**
1	Методико-практический раздел	–	–	–	106	106

2	Учебно-тренировочный раздел по видам спорта и системам физических упражнений	–	4	–	107	111
3	Контрольный раздел	–	–	–	107	107

6. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

6.1. Основная литература

1. Евсеев Ю. И. Физическая культура [Текст] : учеб. пособие для студентов вузов / Ю. И. Евсеев. - 6-е изд., доп. и испр. - Ростов н/Д : Феникс, 2010. - 444, [1] с. - (Высшее образование). - Прил.: с. 430-440. - ISBN 978-5-222-15572-1; 200 экз. : 177-50..

2. Гонсалес, С. Е. Вариативность содержания занятий студентов по дисциплине «Физическая культура» [Электронный ресурс] : монография / С. Е. Гонсалес ; С. Е. Гонсалес. - Москва : Российский университет дружбы народов, 2013. - 196 с. - ISBN 978-5-209-05468-9.

3. Воспитание силы и быстроты [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Л. А. Аренд [и др.] ; Л. А. Аренд. - Воронеж : Воронежский государственный архитектурно-строительный университет ; ЭБС АСВ, 2013. - 177 с. - ISBN 978-5-89040-470-1.

6.2. Дополнительная литература

1. Физическая культура [Электронный ресурс] : учебник / С. И. Бочкарева [и др.] ; С. И. Бочкарева. - Москва : Евразийский открытый институт, 2011. - 344 с. - ISBN 978-5-374-00521-9..

2. Орлова, С. В. Физическая культура [Электронный ресурс] : учебное пособие для абитуриентов / С. В. Орлова ; С. В. Орлова. - Иркутск : Иркутский филиал Российского государственного университета физической культуры ; спорта ; молодёжи и туризма, 2011. - 154 с..

3. Шулятьев, В. М. Физическая культура [Электронный ресурс] : учебное пособие / В. М. Шулятьев ; В. М. Шулятьев. - Москва : Российский университет дружбы народов, 2009. - 280 с. - ISBN 978-5-209-03051-5.

7.Ресурсы Интернета

Перечень ресурсов Интернета, необходимых для освоения дисциплины:

1. Электронная библиотечная система IPRbooks. - URL: http://iprbookshop.ru.
2. Электронная библиотечная система издательства «Лань». - URL: http://e.lanbook.com.
3. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU. - URL: http://elibrary.ru.
4. Образовательный портал Волгоградского государственного социально-педагогического университета. - URL: http://edu.vspu.ru.

8. Информационные технологии и программное обеспечение

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости):

1. Технологии обработки видеоинформации.

9. Материально-техническая база

Для проведения учебных занятий по дисциплине «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

1. Специализированные спортивные залы.
2. Стадион и открытые плоскостные сооружения.
3. Плавательный бассейн.
4. Кабинет первой медицинской помощи.

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» относится к вариативной части блока дисциплин. Программой дисциплины предусмотрено проведение практических занятий. Промежуточная аттестация проводится в форме , зачета.

Практические занятия являются формой организации педагогического процесса, направленной на углубление научно-теоретических знаний и овладение методами работы, в процессе которых вырабатываются умения и навыки выполнения учебных действий в сфере изучаемой науки. Практические занятия предполагают детальное изучение обучающимися отдельных теоретических положений учебной дисциплины. В ходе практических занятий формируются умения и навыки практического применения теоретических знаний в конкретных ситуациях путем выполнения поставленных задач, развивается научное мышление и речь, осуществляется контроль учебных достижений обучающихся.

При подготовке к практическим занятиям необходимо ознакомиться с теоретическим материалом дисциплины по изучаемым темам – разобрать конспекты лекций, изучить литературу, рекомендованную преподавателем. Во время самого занятия рекомендуется активно участвовать в выполнении поставленных заданий, задавать вопросы, принимать участие в дискуссиях, аккуратно и своевременно выполнять контрольные задания.

Контроль за качеством обучения и ходом освоения дисциплины осуществляется на основе рейтинговой системы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации студентов. Рейтинговая система предполагает 100-балльную оценку успеваемости студента по учебной дисциплине в течение семестра, 60 из которых отводится на текущий контроль, а 40 – на промежуточную аттестацию по дисциплине. Критериальная база рейтинговой оценки, типовые контрольные задания, а также методические материалы по их применению описаны в фонде оценочных средств по дисциплине, являющемся приложением к данной программе.

11. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы

Самостоятельная работа обучающихся является неотъемлемой частью процесса обучения в вузе. Правильная организация самостоятельной работы позволяет обучающимся развивать умения и навыки в усвоении и систематизации приобретаемых знаний, обеспечивает высокий уровень успеваемости в период обучения, способствует формированию навыков совершенствования профессионального мастерства.

Самостоятельная работа обучающихся во внеаудиторное время включает в себя подготовку к аудиторным занятиям, а также изучение отдельных тем, расширяющих и углубляющих представления обучающихся по разделам изучаемой дисциплины. Такая работа может предполагать проработку теоретического материала, работу с научной литературой, выполнение практических заданий, подготовку ко всем видам контрольных испытаний, выполнение творческих работ.

Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине представлено в рабочей программе и включает в себя:

– рекомендуемую основную и дополнительную литературу;
– информационно-справочные и образовательные ресурсы Интернета;

– оценочные средства для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине.

Конкретные рекомендации по планированию и проведению самостоятельной работы по дисциплине «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» представлены в методических указаниях для обучающихся, а также в методических материалах фондов оценочных средств.

12. Фонд оценочных средств

Фонд оценочных средств, включающий перечень компетенций с указанием этапов их формирования, описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания, типовые контрольные задания и методические материалы является приложением к программе учебной дисциплины.