

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце: Наталья Николаевна  
ФИО: Маланичева Наталья Николаевна  
Должность: директор филиала  
Дата подписания: 31.05.2024 14:08:54  
Уникальный программный ключ:  
94732c3d953a82d495dcc3155d5c573883fedd18

МИНИСТЕРСТВО ТРАНСПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОГО ТРАНСПОРТА  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
САМАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПУТЕЙ СООБЩЕНИЯ

# ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛИ) ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

## Элективные курсы по физической культуре и спорту рабочая программа дисциплины (модуля)

Направление подготовки 38.03.01 Экономика  
Направленность (профиль) Бухгалтерский учет, анализ и аудит  
Квалификация **Бакалавр**  
Форма обучения **очно-заочная**  
Общая трудоемкость **0 ЗЕТ**

Виды контроля в семестрах:  
зачеты 3, 4

### Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	3 (2.1)		4 (2.2)		Итого	
	Неделя		18,5			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП	УП	РП
Лекции	8	8	8	8	16	16
Конт. ч. на аттест.	0,15	0,15	0,15	0,15	0,3	0,3
Итого ауд.	8	8	8	8	16	16
Контактная работа	8,15	8,15	8,15	8,15	16,3	16,3
Сам. работа	63,85	63,85	63,85	63,85	127,7	127,7
Итого	72	72	72	72	144	144

Программу составил(и):

*к.п.н., доцент, Васельцова И.А.*

Рабочая программа дисциплины

**Элективные курсы по физической культуре и спорту**

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 38.03.01 Экономика (приказ Минобрнауки России от 12.08.2020 г. № 954)

составлена на основании учебного плана: 38.03.01-24-1-ЭБУб-оз-НН.plz.plx

Направление подготовки 38.03.01 Экономика Направленность (профиль) Бухгалтерский учет, анализ и аудит

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

**Филиал СамГУПС в г. Н. Новгород**

И.о. зав. кафедрой к.соц.н., доцент В.А. Чистяков

**1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

1.1	Основной целью освоения дисциплины для студента является: достижение общей физической подготовленности; формирование физической культуры личности, т.е. потребности и способности методически обоснованно и целенаправленно использовать средства физической культуры для обеспечения профессиональной психофизической надежности, что позволит выпускнику успешно работать в избранной сфере деятельности, а также обладать универсальными и специализированными компетенциями, необходимыми для самоутверждения, социальной мобильности и устойчивости на рынке труда.
1.2	Результативной характеристикой является освоение и самостоятельное воспроизведение студентами основных методов квалифицированного контроля, самоконтроля и коррекции функционального состояния организма человека в ходе его повседневной и будущей профессиональной деятельности.

**2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Цикл (раздел) ОП:	Б1.В.01.01
-------------------	------------

**3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

УК-7.3 Соблюдает нормы здорового образа жизни, поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

**В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен**

<b>3.1 Знать:</b>	
3.1.1	- средства и методы физического воспитания, характеристики базовых видов спорта, формирующие показатели физической подготовленности.
<b>3.2 Уметь:</b>	
3.2.1	- выполнять изучаемые двигательные действия (физические упражнения и (или) комплексы физических упражнений) в соответствии с требованиями их практического применения и вариативно использовать их в зависимости от конкретных обстоятельств (готовности к повседневной и профессиональной деятельности)
<b>3.3 Владеть:</b>	
3.3.1	- методиками применения средств физической культуры и отдельных видов спорта для организации занятий.

**4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Примечание
	<b>Раздел 1. Плавание</b>			
1.1	Техника безопасности и гигиенические требования при занятиях плаванием. История развития. /Лек/	3	2	
1.2	Основы техники видов плавания. Воспитание основных физических качеств в плавании. Основные правила соревнований. /Ср/	3	21,85	
	<b>Раздел 2. Волейбол</b>			
2.1	Техника безопасности и гигиенические требования при игре в волейбол История возникновения и развития волейбола. /Лек/	3	3	
2.2	Правила игры в волейбол. Судейство соревнований по волейболу - составление календаря соревнований, проведение жеребьевки, жесты судьи. Приемы оказания первой медицинской помощи при травмах. Технико- тактическая подготовка в волейболе. /Ср/	3	22	
	<b>Раздел 3. Баскетбол</b>			
3.1	Техника безопасности и гигиенические требования при игре в волейбол История возникновения и развития волейбола. /Лек/	3	3	
3.2	Организация и проведение соревнований. Правила соревнований по баскетболу. Технико-тактическая подготовка в баскетболе. /Ср/	3	20	
	<b>Раздел 4. Контактные часы на аттестацию</b>			

4.1	Зачет /КА/		3	0,15	
<b>Раздел 5. Мини-футбол</b>					
5.1	Техника безопасности и гигиенические требования при игре в футбол История возникновения и развития футбола. /Лек/		4	4	
5.2	Тактика и техника игры в футбол. Развитие основных физических качеств при игре в футбол. Правила, организация и проведение соревнований по футболу. /Ср/		4	33,85	
<b>Раздел 6. Настольный теннис</b>					
6.1	Техника безопасности и гигиенические требования при игре в настольный теннис. История развития. /Лек/		4	4	
6.2	Основы техники игры в настольный теннис. Воспитание основных физических качеств в настольном теннисе. Основные правила соревнований. /Ср/		4	30	
<b>Раздел 7. Контактные часы на аттестацию</b>					
7.1	Зачет /КА/		4	0,15	
<b>5. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ</b>					
<p>Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации обучающихся приведены в приложении к рабочей программе дисциплины.</p> <p>Формы и виды текущего контроля по дисциплине (модулю), виды заданий, критерии их оценивания, распределение баллов по видам текущего контроля разрабатываются преподавателем дисциплины с учетом ее специфики и доводятся до сведения обучающихся на первом учебном занятии.</p> <p>Текущий контроль успеваемости осуществляется преподавателем дисциплины (модуля), как правило, с использованием ЭИОС или путем проверки письменных работ, предусмотренных рабочими программами дисциплин в рамках контактной работы и самостоятельной работы обучающихся. Для фиксирования результатов текущего контроля может использоваться ЭИОС.</p>					
<b>6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>					
<b>6.1. Рекомендуемая литература</b>					
<b>6.1.1. Основная литература</b>					
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Эл. адрес	
Л1.1	Письменный И. А., Аллянов Ю. Н.	Физическая культура: Учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2020	<a href="https://urait.ru/bcode/450258">https://urait.ru/bcode/450258</a>	
<b>6.1.2. Дополнительная литература</b>					
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Эл. адрес	
Л2.1	Стриханов М. Н., Савинков В. И.	Физическая культура и спорт в вузах: Учебное пособие	Москва: Юрайт, 2020	<a href="https://urait.ru/bcode/454861">https://urait.ru/bcode/454861</a>	
<b>6.2 Информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю)</b>					
<b>6.2.1 Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения</b>					
6.2.1.1	Microsoft Office 2010				
6.2.1.2	Microsoft Office 2013				
<b>6.2.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем</b>					
6.2.2.1	Профессиональные базы данных: База статистических данных по развитию физической культуры и спорта в РФ - <a href="https://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/statisticheskaya-inf/">https://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/statisticheskaya-inf/</a>				

6.2.2.2	Всероссийский физкультурно-оздоровительный комплекс ГТО: <a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a>
6.2.2.3	Информационные справочные системы: Информационно справочная система Консультант плюс <a href="http://www.consultant.ru">http://www.consultant.ru</a>
<b>7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>	
7.1	1. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, укомплектованные специализированной мебелью и техническими средствами обучения: мультимедийное оборудование для предоставления учебной информации большой аудитории и/или звукоусиливающее оборудование (стационарное или переносное).
7.2	2. Учебные аудитории для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованные специализированной мебелью и техническими средствами обучения: мультимедийное оборудование и/или звукоусиливающее оборудование (стационарное или переносное)
7.3	3. Помещения для самостоятельной работы, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.