

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ОРЕНБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.23 Элективные курсы по физической культуре и спорту

Направление подготовки 38.03.01 Экономика

Профиль подготовки Бухгалтерский учет, анализ и аудит

Квалификация выпускника бакалавр

Форма обучения очная

1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» являются:

- понимание роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- воспитание потребности в физическом самосовершенствовании и самовоспитании;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, повышение физической и умственной работоспособности;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей;
- знание научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии.

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту» относится к вариативной части. Требования к предшествующим знаниям представлены в таблице 2.1. Перечень дисциплин, для которых дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту» является основополагающей, представлена в таблице 2.2

Таблица 2.1. Требования к пререквизитам дисциплины

| Компетенция | Дисциплина |
|-------------|-----------------------------|
| ОК -8 | Физическая культура и спорт |

Таблица 2.2. Требования к постреквизитам дисциплины

| Компетенция | Дисциплина |
|-------------|---|
| ОК -8 | Защита выпускной квалификационной работы, включая подготовку к процедуре защиты и процедуру защиты (работа бакалавра) |

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Таблица 3.1 – Взаимосвязь планируемых результатов обучения по дисциплине и планируемых результатов освоения образовательной программы

| Индекс и содержание компетенции | Знания | Умения | Навыки и (или) опыт деятельности |
|--|---|--|---|
| ОК-8: способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | <p>1 этап: знать основные положения о физической культуре в общекультурной и профессиональной подготовки студентов, о социально – биологических основах физической культуры, об основах здорового образа и стиля жизни.</p> <p>2 этап: знать об оздоровительных системах, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте.</p> | <p>1 этап: уметь применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств.</p> <p>2 этап: уметь применять различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.</p> | <p>1 этап: владеть практическими навыками основ физической культуры.</p> <p>2 этап: владеть практическими методами основ физической культуры.</p> |

4. Объем дисциплины

Объем дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» составляет 328 академических часа, распределение объема дисциплины на контактную работу обучающихся с преподавателем (КР) и на самостоятельную работу обучающихся (СР) по видам учебных занятий и по периодам обучения представлено в таблице 4.1.

Таблица 4.1 Распределение объема дисциплины по видам учебных занятий и по периодам обучения, академические часы

| № п/п | Вид учебных занятий | Итого КР | Итого СР | Семестр № 2 | | Семестр № 3 | | Семестр № 4 | | Семестр № 5 | | Семестр № 6 | | Семестр № 7 | | Семестр № 8 | |
|----------|--|----------|----------|-------------|----|-------------|----|-------------|----|-------------|----|-------------|----|-------------|----|-------------|----|
| | | | | КР | СР | КР | СР | КР | СР | КР | СР | КР | СР | КР | СР | КР | СР |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 1 | Лекции (Л) | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | Лабораторные работы (ЛР) | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | Практические занятия (ПЗ) | 274 | | 34 | | 14 | | 88 | | 40 | | 34 | | 30 | | 34 | |
| 4 | Семинары (С) | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5 | Курсовое проектирование (КП) | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 6 | Рефераты (Р) | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 7 | Эссе (Э) | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 8 | Индивидуальные домашние задания (ИДЗ) | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 9 | Самостоятельное изучение вопросов (СИБ) | | 42 | | | | 4 | | | | 30 | | | | 8 | | |
| 10 | Подготовка к занятиям (ПкЗ) | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 11 | Промежуточная аттестация | 12 | | 2 | | | | 2 | | 2 | | 2 | | 2 | | 2 | |
| 12 | Наименование вида промежуточной аттестации | х | х | зачёт | | х | | зачёт | | зачет | | зачет | | зачет | | зачет | |
| 13 | Всего | 328 | 42 | 36 | х | 14 | 4 | 90 | х | 42 | 30 | 36 | х | 32 | 8 | 36 | х |

5. Структура и содержание дисциплины

Структура дисциплины представлена в таблице 5.1

Таблица 5.1 – Структура дисциплины

| № п/п | Наименования разделов и тем | Семестр | Объем работы по видам учебных занятий, академические часы | | | | | | | | | | Коды формируемых компетенций |
|----------|--|---------|---|------------------------|-------------------------|----------|----------------------------|--------------------|---|---|--------------------------|-----------------------------|------------------------------------|
| | | | лекции | лабораторная работа | практические занятия | семинары | курсовое проектирование | рефераты (эссе) | индивидуаль- ные домашние задания | самостоятель- ное изучение вопросов | подготовка к занятиям | промежуточная аттестация | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 1. | Раздел 1 Физкультурное образование с профессиональной направленностью | 2 | | | 18 | | | | | | | | ОК -8 |
| 1.1. | Тема 1-3 Легкая атлетика | 2 | | | 6 | | | | | | | | ОК -8 |
| 1.2. | Тема 4-6 Волейбол | 2 | | | 6 | | | | | | | | ОК -8 |
| 1.3. | Тема 7-9 Футбол | 2 | | | 6 | | | | | | | | ОК -8 |
| 2. | Раздел 2 Физкультурное образование с профессиональной направленностью | 2 | | | 16 | | | | | | | | ОК -8 |
| 2.1. | Тема 10-12 Футбол | 2 | | | 6 | | | | | | | | ОК -8 |
| 2.2. | Тема 13-15 Гимнастика | 2 | | | 6 | | | | | | | | ОК -8 |
| 2.3. | Тема 16-17 Легкая атлетика | 2 | | | 4 | | | | | | | | ОК -8 |
| 3 | Контактная работа | 2 | | | 34 | | | | | | | 2 | х |
| 4 | Самостоятельная работа | 2 | | | | | | | | | | | х |
| 5. | Объем дисциплины в семестре | 2 | | | 34 | | | | | | | 2 | х |
| 6. | Раздел 3 Физкультурное образование с профессиональной направленностью | 3 | | | 8 | | | | | | | | ОК -8 |
| 6.1. | Тема 18-19 Лёгкая атлетика | 3 | | | 4 | | | | | 4 | | | ОК -8 |
| 6.2. | Тема 20 Общая физическая подготовка | 3 | | | 2 | | | | | | | | ОК -8 |
| 6.3. | Тема 21 Футбол | 3 | | | 2 | | | | | | | | ОК -8 |
| 7. | Раздел 4 Физкультурное образование с профессиональной направленностью | 3 | | | 6 | | | | | | | | ОК -8 |
| 7.1. | Тема 22-23 Волейбол | 3 | | | 4 | | | | | | | | ОК -8 |
| 7.2. | Тема 24 Лёгкая атлетика | 3 | | | 2 | | | | | | | | ОК -8 |
| 8. | Контактная работа | 3 | | | 14 | | | | | | | | х |

| № п/п | Наименования разделов и тем | Семестр | Объем работы по видам учебных занятий, академические часы | | | | | | | | | | Коды формируемых компетенций |
|----------|---|---------|---|------------------------|-------------------------|----------|----------------------------|--------------------|---|---|--------------------------|-----------------------------|------------------------------------|
| | | | лекции | лабораторная работа | практические занятия | семинары | курсовое проектирование | рефераты (эссе) | индивидуаль- ные домашние задания | самостоятель- ное изучение вопросов | подготовка к занятиям | промежуточная аттестация | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 9. | Самостоятельная работа | 3 | | | | | | | | 4 | | | х |
| 10. | Объём дисциплины в семестре | 3 | | | 14 | | | | | 4 | | | х |
| 11. | Раздел 5 Физкультурное образование с профессиональной направленностью | 4 | | | 22 | | | | | | | | ОК-8 |
| 11.1 | Тема25-29 Лёгкая атлетика | 4 | | | 10 | | | | | | | | ОК-8 |
| 11.2 | Тема30-32 Волейбол | 4 | | | 6 | | | | | | | | ОК -8 |
| 11.3 | Тема 33 Общефизическая подготовка | 4 | | | 2 | | | | | | | | ОК -8 |
| 11.4. | Тема 34-35 Футбол | 4 | | | 4 | | | | | | | | ОК -8 |
| 12. | Раздел 6 Физкультурное образование с профессиональной направленностью | 4 | | | 22 | | | | | | | | ОК -8 |
| 12.1. | Тема 36-39 Гимнастика | 4 | | | 8 | | | | | | | | ОК -8 |
| 12.1. | Тема 40-42 Футбол | 4 | | | 6 | | | | | | | | ОК -8 |
| 12.2. | Тема 43-45 Лёгкая атлетика | 4 | | | 6 | | | | | | | | ОК -8 |
| 12.3. | Тема 46 Общая физическая подготовка | 4 | | | 2 | | | | | | | | ОК -8 |
| 13. | Раздел 7 Физкультурное образование с профессиональной направленностью | 4 | | | 22 | | | | | | | | ОК-8 |
| 13.1. | Тема47-50 Лёгкая атлетика | 4 | | | 8 | | | | | | | | ОК-8 |
| 13.2. | Тема51-53 Футбол | 4 | | | 6 | | | | | | | | ОК-8 |
| 13.3. | Тема54-56 Баскетбол | 4 | | | 6 | | | | | | | | ОК -8 |
| 13.4. | Тема 57 Общефизическая подготовка | 4 | | | 2 | | | | | | | | ОК -8 |
| 14. | Раздел 8. Физкультурное образование с профессиональной направленностью | 4 | | | 22 | | | | | | | | ОК -8 |
| 14.1. | Тема 58-61 Футбол | 4 | | | 8 | | | | | | | | ОК -8 |
| 14.2. | Тема 62-65 Волейбол | 4 | | | 8 | | | | | | | | ОК-8 |
| 14.3. | Тема 66-67 Общефизическая подготовка | 4 | | | 4 | | | | | | | | ОК -8 |
| 14.4. | Тема 68 Гимнастика | 4 | | | 2 | | | | | | | | ОК -8 |

| № п/п | Наименования разделов и тем | Семестр | Объем работы по видам учебных занятий, академические часы | | | | | | | | | | Коды формируемых компетенций |
|----------|---|---------|---|------------------------|-------------------------|----------|----------------------------|--------------------|---|---|--------------------------|-----------------------------|------------------------------------|
| | | | лекции | лабораторная работа | практические занятия | семинары | курсовое проектирование | рефераты (эссе) | индивидуаль- ные домашние задания | самостоятель- ное изучение вопросов | подготовка к занятиям | промежуточная аттестация | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15. | Контактная работа | 4 | | | 88 | | | | | | | 2 | х |
| 16. | Самостоятельная работа | 4 | | | | | | | | | | | х |
| 17. | Объём дисциплины в семестре | 4 | | | 88 | | | | | | | 2 | х |
| 18. | Раздел 9. Физкультурное образование с профессиональной направленностью | 5 | | | 20 | | | | | | | | ОК-8 |
| 18.1. | Тема 69-72 Лёгкая атлетика | 5 | | | 8 | | | | | 8 | | | ОК-8 |
| 18.2. | Тема 73-76 Баскетбол | 5 | | | 8 | | | | | 8 | | | ОК -8 |
| 18.3. | Тема 77-78 Футбол | 5 | | | 4 | | | | | 4 | | | ОК -8 |
| 19. | Раздел10 Физкультурное образование с профессиональной направленностью | 5 | | | 20 | | | | | | | | ОК -8 |
| 19.1. | Тема 79-82 Баскетбол | 5 | | | 8 | | | | | | | | ОК -8 |
| 19.2. | Тема 83-84 Гимнастика | 5 | | | 4 | | | | | 2 | | | ОК -8 |
| 19.3. | Тема 85-88 Общефизическая подготовка | 5 | | | 8 | | | | | 8 | | | ОК -8 |
| 20. | Контактная работа | 5 | | | 40 | | | | | | | 2 | х |
| 22.2. | Самостоятельная работа | 5 | | | | | | | | 30 | | | х |
| 23. | Объём дисциплины в семестре | 5 | | | 40 | | | | | 30 | | 2 | х |
| 24. | Раздел 11 Физкультурное образование с профессиональной направленностью | 6 | | | 18 | | | | | | | | ОК-8 |
| 24.1. | Тема 89-90 Лёгкая атлетика | 6 | | | 4 | | | | | | | | ОК-8 |
| 24.2. | Тема 91-93 Общефизическая подготовка | 6 | | | 6 | | | | | | | | ОК -8 |
| 24.3. | Тема 94-95 Гимнастика | 6 | | | 4 | | | | | | | | ОК -8 |
| 24.4. | Тема 96 Футбол | 6 | | | 2 | | | | | | | | ОК -8 |
| 24.5. | Тема 97 Волейбол | 6 | | | 2 | | | | | | | | ОК -8 |
| 25. | Раздел 12Физкультурное образование с профессиональной направленностью | 6 | | | 16 | | | | | | | | ОК -8 |
| 25.1. | Тема 98-100 Футбол | 6 | | | 6 | | | | | | | | ОК -8 |

| № п/п | Наименования разделов и тем | Семестр | Объем работы по видам учебных занятий, академические часы | | | | | | | | | | Коды формируемых компетенций |
|----------|--|---------|---|------------------------|-------------------------|----------|----------------------------|--------------------|---|---|--------------------------|-----------------------------|------------------------------------|
| | | | лекции | лабораторная работа | практические занятия | семинары | курсовое проектирование | рефераты (эссе) | индивидуаль- ные домашние задания | самостоятель- ное изучение вопросов | подготовка к занятиям | промежуточная аттестация | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 25.2 | Тема 101-103 Волейбол | 6 | | | 6 | | | | | | | | ОК -8 |
| 25.3 | Тема 104-105 Лёгкая атлетика | 6 | | | 6 | | | | | | | | ОК -8 |
| 26. | Контактная работа | 6 | | | 34 | | | | | | | 2 | х |
| 27. | Самостоятельная работа | 6 | | | | | | | | | | | х |
| 38. | Объем дисциплины в семестре | 6 | | | 34 | | | | | | | 2 | х |
| 39. | Раздел 13 Физкультурное образование с профессиональной направленностью | 7 | | | 16 | | | | | | | | ОК-8 |
| 39.1. | Тема 106- 108 Лёгкая атлетика | 7 | | | 6 | | | | | | | | ОК-8 |
| 39.2 | Тема 109-111 Баскетбол | 7 | | | 6 | | | | | | | | ОК-8 |
| 39.3 | Тема 112- 113 Футбол | 7 | | | 4 | | | | | | | | ОК-8 |
| 40 | Раздел 14 Физкультурное образование с профессиональной направленностью | 7 | | | 14 | | | | | | | | ОК-8 |
| 40.1 | Тема 114- 116 Общефизическая подготовка | 7 | | | 6 | | | | | | | | ОК-8 |
| 40.2 | Тема 117-119 Лёгкая атлетика | 7 | | | 6 | | | | | 4 | | | ОК-8 |
| 40.3 | Тема 120 Футбол | 7 | | | 2 | | | | | 2 | | | ОК-8 |
| 41 | Контактная работа | 7 | | | 30 | | | | | | | 2 | х |
| 42 | Самостоятельная работа | 7 | | | | | | | | 8 | | | х |
| 43 | Объём дисциплины за семестр | 7 | | | 30 | | | | | 8 | | 2 | х |
| 44. | Раздел 15 Физкультурное образование с профессиональной направленностью. | 8 | | | 18 | | | | | | | | ОК-8 |
| 44.1 | Тема 121-124 Лёгкая атлетика | 8 | | | 8 | | | | | | | | ОК-8 |
| 44.2 | Тема 125-127 Волейбол | 8 | | | 6 | | | | | | | | ОК-8 |
| 44.3 | Тема 128-129 Футбол | 8 | | | 4 | | | | | | | | ОК-8 |
| 45. | Раздел 16 Физкультурное образование с профессиональной направленностью | 8 | | | 16 | | | | | | | | ОК-8 |

| № п/п | Наименования разделов и тем | Семестр | Объем работы по видам учебных занятий, академические часы | | | | | | | | | | Коды формируемых компетенций |
|----------|--|---------|---|------------------------|-------------------------|----------|----------------------------|--------------------|---|---|--------------------------|-------------------------------|------------------------------------|
| | | | лекции | лабораторная работа | практические занятия | семинары | курсовое проектирование | рефераты (эссе) | индивидуаль- ные домашние задания | самостоятель- ное изучение вопросов | подготовка к занятиям | промежуточно- я аттестация | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 45.1 | Тема 130-133 Общефизическая подготовка | 8 | | | 8 | | | | | | | | ОК-8 |
| 45.2 | Тема 134- 137 Гимнастика | 8 | | | 8 | | | | | | | | ОК-8 |
| 46. | Контактная работа | 8 | | | 34 | | | | | | | 2 | х |
| 47 | Самостоятельная работа | 8 | | | | | | | | | | | х |
| 48 | Объём дисциплины за семестр | 8 | | | 34 | | | | | | | 2 | х |
| 49 | Всего по дисциплине | | | | 274 | | | | | 42 | | 12 | х |

5. 2. Структура и содержание дисциплины

5.2.1 - Темы практических занятий

| № п.п. | Наименование темы занятий | Объем, академические часы |
|-----------|---------------------------|---------------------------|
| 2 семестр | | |
| ПЗ - 1 | Легкая атлетика. | 2 |
| ПЗ - 2 | Легкая атлетика. | 2 |
| ПЗ - 3 | Легкая атлетика. | 2 |
| ПЗ - 4 | Волейбол. | 2 |
| ПЗ - 5 | Волейбол. | 2 |
| ПЗ - 6 | Волейбол. | 2 |
| ПЗ - 7 | Футбол | 2 |
| ПЗ - 8 | Футбол | 2 |
| ПЗ - 9 | Футбол | 2 |
| ПЗ -10 | Футбол | 2 |
| ПЗ -11 | Футбол | 2 |
| ПЗ -12 | Футбол | 2 |
| ПЗ -13 | Гимнастика | 2 |
| ПЗ -14 | Гимнастика | 2 |
| ПЗ -15 | Гимнастика | 2 |
| ПЗ -16 | Легкая атлетика | 2 |
| ПЗ -17 | Легкая атлетика | 2 |
| 3 семестр | | |
| ПЗ -18 | Лёгкая атлетика | 2 |
| ПЗ -19 | Лёгкая атлетика | 2 |
| ПЗ -20 | ОФП | 2 |
| ПЗ -21 | Футбол | 2 |
| ПЗ -22 | Волейбол | 2 |
| ПЗ -23 | Волейбол | 2 |
| ПЗ -24 | Лёгкая атлетика | 2 |
| 4 семестр | | |
| ПЗ -25 | Легкая атлетика | 2 |
| ПЗ -26 | Лёгкая атлетика | 2 |
| ПЗ -27 | Легкая атлетика | 2 |
| ПЗ -28 | Лёгкая атлетика | 2 |
| ПЗ -29 | Лёгкая атлетика | 2 |
| ПЗ -30 | Волейбол. | 2 |
| ПЗ -31 | Волейбол. | 2 |
| ПЗ -32 | Волейбол. | 2 |
| ПЗ -33 | ОФП | 2 |
| ПЗ -34 | Футбол | 2 |
| ПЗ -35 | Футбол | 2 |
| ПЗ -36 | Гимнастика | 2 |
| ПЗ -37 | Гимнастика | 2 |
| ПЗ -38 | Гимнастика | 2 |
| ПЗ -39 | Гимнастика | 2 |
| ПЗ -40 | Футбол | 2 |
| ПЗ -41 | Футбол | 2 |
| ПЗ -42 | Футбол | 2 |
| ПЗ -43 | Лёгкая атлетика | 2 |

| | | |
|-----------|------------------|---|
| ПЗ -44 | Лёгкая атлетика. | 2 |
| ПЗ -45 | Лёгкая атлетика | 2 |
| ПЗ -46 | ОФП | 2 |
| ПЗ -47 | Лёгкая атлетика | 2 |
| ПЗ -48 | Лёгкая атлетика | 2 |
| ПЗ -49 | Лёгкая атлетика | 2 |
| ПЗ -50 | Лёгкая атлетика | 2 |
| ПЗ -51 | Футбол | 2 |
| ПЗ -52 | Футбол | 2 |
| ПЗ -53 | Футбол | 2 |
| ПЗ -54 | Баскетбол | 2 |
| ПЗ -55 | Баскетбол | 2 |
| ПЗ -56 | Баскетбол | 2 |
| ПЗ -57 | ОФП | 2 |
| ПЗ -58 | Футбол | 2 |
| ПЗ -59 | Футбол | 2 |
| ПЗ -60 | Футбол | 2 |
| ПЗ -61 | Футбол | 2 |
| ПЗ -62 | Волейбол | 2 |
| ПЗ-63 | Волейбол | 2 |
| ПЗ -64 | Волейбол | 2 |
| ПЗ -65 | Волейбол | 2 |
| ПЗ -66 | ОФП | 2 |
| ПЗ -67 | ОФП | 2 |
| ПЗ-68 | Гимнастика | 2 |
| ПЗ -68 | Лёгкая атлетика | 2 |
| 5 семестр | | |
| ПЗ -69 | Лёгкая атлетика | 2 |
| ПЗ -70 | Лёгкая атлетика | 2 |
| ПЗ -71 | Лёгкая атлетика | 2 |
| ПЗ -72 | Лёгкая атлетика | 2 |
| ПЗ -73 | Баскетбол | 2 |
| ПЗ -74 | Баскетбол | 2 |
| ПЗ -75 | Баскетбол | 2 |
| ПЗ -75 | Баскетбол | 2 |
| ПЗ -76 | Баскетбол | 2 |
| ПЗ -77 | Футбол | 2 |
| ПЗ -78 | Баскетбол | 2 |
| ПЗ -79 | Баскетбол | 2 |
| ПЗ -80 | Баскетбол | 2 |
| ПЗ -81 | Баскетбол | 2 |
| ПЗ -82 | Баскетбол | 2 |
| ПЗ -83 | Гимнастика | 2 |
| ПЗ -84 | Гимнастика | 2 |
| ПЗ -85 | О.Ф.П. | 2 |
| ПЗ -86 | О.Ф.П. | 2 |
| ПЗ -87 | О.Ф.П. | 2 |
| ПЗ -88 | О.Ф.П. | 2 |
| 6 семестр | | |
| ПЗ -89 | Лёгкая атлетика | 2 |
| ПЗ -90 | Лёгкая атлетика | 2 |

| | | |
|----------------------------|-----------------|------------|
| ПЗ -91 | ОФП | 2 |
| ПЗ -92 | О.Ф.П. | 2 |
| ПЗ -93 | ОФП | 2 |
| ПЗ -94 | Гимнастика | 2 |
| ПЗ -95 | Гимнастика | 2 |
| ПЗ -96 | Футбол | 2 |
| ПЗ- 97 | Волейбол | 2 |
| ПЗ -98 | Футбол | 2 |
| ПЗ -99 | Футбол | 2 |
| ПЗ -100 | Футбол | 2 |
| ПЗ -101 | Волейбол | 2 |
| ПЗ -102 | Волейбол | 2 |
| ПЗ -103 | Волейбол | 2 |
| ПЗ -104 | Лёгкая атлетика | 2 |
| ПЗ -105 | Лёгкая атлетика | 2 |
| 7 семестр | | |
| ПЗ -106 | Лёгкая атлетика | 2 |
| ПЗ -107 | Лёгкая атлетика | 2 |
| ПЗ -108 | Лёгкая атлетика | 2 |
| ПЗ -109 | Лёгкая атлетика | 2 |
| ПЗ -110 | Баскетбол | 2 |
| ПЗ -111 | Баскетбол | 2 |
| ПЗ -112 | Баскетбол | 2 |
| ПЗ -113 | Футбол | 2 |
| ПЗ -114 | Футбол | 2 |
| ПЗ-115 | ОФП | 2 |
| ПЗ -116 | ОФП | 2 |
| ПЗ -117 | ОФП | 2 |
| ПЗ -118 | Лёгкая атлетика | 2 |
| ПЗ -119 | Лёгкая атлетика | 2 |
| ПЗ -120 | Лёгкая атлетика | 2 |
| ПЗ -121 | Футбол | 2 |
| 8 семестр | | |
| ПЗ -122 | Лёгкая атлетика | 2 |
| ПЗ -123 | Лёгкая атлетика | 2 |
| ПЗ -124 | Лёгкая атлетика | 2 |
| ПЗ -125 | Лёгкая атлетика | 2 |
| ПЗ -126 | Волейбол | 2 |
| ПЗ -127 | Волейбол | 2 |
| ПЗ -128 | Волейбол | 2 |
| ПЗ -129 | Футбол | 2 |
| ПЗ -130 | Футбол | 2 |
| ПЗ -131 | ОФП | 2 |
| ПЗ -132 | ОФП | 2 |
| ПЗ -133 | ОФП | 2 |
| ПЗ -134 | ОФП | 2 |
| ПЗ -135 | Гимнастика | 2 |
| ПЗ -136 | Гимнастика | 2 |
| ПЗ -137 | Гимнастика | 2 |
| Итого по дисциплине | | 274 |

5.2.2 – Вопросы для самостоятельного изучения

| № п.п. | Наименования темы | Наименование вопроса | Объем, академические часы |
|---------------------|-----------------------------|--|---------------------------|
| 1. | Тема18-19 Легкая атлетика | Изучение техники бега на короткие дистанции | 4 |
| 2. | Тема69-72 Лёгкая атлетика | Изучение техники низкого старта | 8 |
| 3. | Тема73-76 Баскетбол | Изучение техники стойки баскетболиста | 8 |
| 4. | Тема77-78 Футбол | Изучение техники ведения мяча | 4 |
| 5. | Тема83 Гимнастика | Изучение техники перекатов и кувырков | 2 |
| 6. | Тема 85-88 ОФП | Развитие быстроты и ловкости | 8 |
| 7. | Тема 114 ОФП | Изучение техники перекатов и кувырков | 2 |
| 8. | Тема117-118 Лёгкая атлетика | Изучение техники бега по дистанции. Изучение техники финиширования | 4 |
| 9. | Тема 120 Футбол | Изучение техники ударов по мячу | 2 |
| Итого по дисциплине | | | 42 |

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1 Основная учебная литература, необходимая для освоения дисциплины

1.Письменский, И. А. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник для академического бакалавриата / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 493 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ЭБС «Юрайт».

2. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник и практикум для прикладного бакалавриата / А. Б. Муллер [и др.]. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 424 с. — (Бакалавр. Прикладной курс). - ЭБС «Юрайт».

6.2 Дополнительная учебная литература, необходимая для освоения дисциплины

1. Психология физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебник и практикум для академического бакалавриата / А. Е. Ловягина [и др.] ; под ред. А. Е. Ловягиной. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 531 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ЭБС «Юрайт».

2. Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах [Электронный ресурс]: учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. — 2-е изд. — М.: Издательство Юрайт, 2017. — 153 с. — (Серия : Образовательный процесс) — ЭБС «Юрайт».

6.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины и другие материалы к занятиям

Электронное учебное пособие включающее:

- методические указания по проведению практических занятий.

6.4 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Электронное учебное пособие включающее:

- методические рекомендации по самостоятельному изучению вопросов;

6.5 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

6.5.1 Программное обеспечение, используемое при осуществлении образовательного процесса по дисциплине:

1. Open Office
2. JoliTest (JTRun, JTEditor, TestRun)

6.5.2 Информационные справочные системы, используемое при осуществлении образовательного процесса по дисциплине:

1. Система КонсультантПлюс
2. "1С"

6.6 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. ЭБС «ЮРАЙТ»: <https://www.biblio-online.ru/>
2. ЭБС «IPRbooks»: www.iprbookshop.ru/

Таблица 6.1 – Современные профессиональные базы данных

| Номер п/п | Наименование организации | Сокращенное название | Отрасль (область деятельности) | Официальный сайт |
|-----------|--|----------------------|--|---|
| 1 | Министерство спорта Российской Федерации | Минспорт России | Физическая культура и спорт | https://www.minsport.gov.ru |
| 2 | Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) | ВФСК ГТО | Физическое воспитание населения страны | https://www.gto.ru |

7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Занятия практического типа проводятся в спортивном зале - легкоатлетическом манеже, оборудованном футбольной и волейбольной площадками, с использованием технических средств обучения (компьютеров, секундомеров), спортивного инвентаря и гимнастических снарядов; в спортивном зале - зале ритмической гимнастики, оборудованном зеркальной стенкой и ковром; на открытом стадионе с элементами полосы препятствий и средствами спортивного городка.

Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине представлены в Приложении 6.

Программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 38.03.01 Экономика, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 12 ноября 2015 г. № 1327.