

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

**Рабочая программа дисциплины**

**Б1. Б.22 Физическая культура**

**Направление подготовки: 38.03.02 Менеджмент**

**Профиль подготовки: Управленческий и финансовый учет**

**Квалификация (степень) выпускника: бакалавр**

**Форма обучения: очная**

## **1. Цели освоения дисциплины**

**Целями освоения дисциплины «Б1. Б.22 Физическая культура и спорт» являются:**

- понимание роли физической культуры в развитии личности и подготовки ее к профессиональной деятельности;
- знание научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценостного 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;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

## **2. Место дисциплины в структуре образовательной программы**

Дисциплина «Б1.Б.22 «Физическая культура и спорт» к базовой части. Требования к предшествующим знаниям представлены в таблице 2.1. Перечень дисциплин, для которых дисциплина «Б1.Б.22 Физическая культура и спорт» является основополагающей, представлена в таблице 2.2

**Таблица 2.1. Требования к пререквизитам дисциплины**

Дисциплина	Раздел
Физическая культура	Программа среднего (полного) общего образования.

**Таблица 2.2. Требования к постреквизитам дисциплины**

Дисциплина	Раздел
Психология	Психическая регуляция поведения

### **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
<b>(ОК-8)</b> способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Этап 1 – 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. Этап 2 – знать об оздоровительных системах, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте.	Этап 1 – уметь применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств. Этап 2- уметь применять различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.	Этап 1 – владеть практическими навыками основ физической культуры. Этап 2 – владеть практическими методами основ физической культуры.

### **4. Объем дисциплины**

Объем дисциплины «Б1. Б.22 Физическая культура и спорт» составляет 2 зачетные единицы (72 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 № 1		Семестр №2		Семестр №3		Семестр №4	
				КР	СР	КР	СР	КР	СР	КР	СР
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	Лекции (Л)										
2	Лабораторные работы (ЛР)										
3	Практические занятия (ПЗ)			16		16		16		16	
4	Семинары (С)										
5	Курсовое проектирование (КП)										
6	Рефераты (Р)										
7	Эссе (Э)										
8	Индивидуальные домашние задания (ИДЗ)										
9	Самостоятельное изучение вопросов (СИВ)										
10	Подготовка к занятиям (ПкЗ)										
11	Промежуточная аттестация			2		2		2		2	
12	Наименование вида промежуточной аттестации			зачет		зачет		зачет		зачет	
13	Всего			18		18		18		18	

## 5. Структура и содержание дисциплины

Структура дисциплины представлена в таблице 5.1

### **Таблица 5.1 – Структура дисциплины**





## 5. 2. Структура и содержание дисциплины

**5.2.1- Темы лекций (не предусмотрены учебным планом)**

**5.2.1- Темы лабораторных работ (не предусмотрены учебным планом)**

**5.2.1- Темы практических занятий**

№ п.п.	Наименование темы занятия	Объем академические часы
<b>1 семестр</b>		
ПЗ - 1	Легкая атлетика.	2
ПЗ – 2	Волейбол.	2
ПЗ – 3	Гимнастика	2
ПЗ – 4	Легкая атлетика	2
ПЗ – 5	Лыжная подготовка	2
ПЗ – 6	Лыжная подготовка	2
ПЗ – 7	Легкая атлетика	2
ПЗ - 8	Баскетбол	2
<b>2 семестр</b>		
ПЗ – 9	Лыжная подготовка	2
ПЗ – 10	Лыжная подготовка	2
ПЗ – 11	Футбол	2
ПЗ – 12	О.Ф.П. (общая физическая подготовка)	2
ПЗ – 13	Гимнастика	2
ПЗ – 14	Гимнастика	2
ПЗ – 15	О.Ф.П.	2
ПЗ – 16	О.Ф.П.	2
<b>3 семестр</b>		
ПЗ – 17	Баскетбол	2
ПЗ – 18	Баскетбол	2
ПЗ – 19	Волейбол	2
ПЗ – 20	Волейбол	2
ПЗ – 21	Легкая атлетика	2
ПЗ – 22	Легкая атлетика	2
ПЗ – 23	Гимнастика	2
ПЗ - 24	Гимнастика	2
<b>4 семестр</b>		
ПЗ – 25	О.Ф.П.	2
ПЗ – 26	О.Ф.П.	2
ПЗ – 27	Волейбол	2
ПЗ – 28	Волейбол	2
ПЗ – 29	Баскетбол	2
ПЗ – 30	Баскетбол	2
ПЗ – 31	Легкая атлетика	2

ПЗ – 32	Легкая атлетика	2
Промежуточная аттестация		8
Итого по дисциплине		72

- 5.2.4- Темы семинарских занятий (не предусмотрены учебным планом)**
- 5.2.5- Курсовых работ (проектов) (не предусмотрены планом)**
- 5.2.6- Темы рефератов (не предусмотрены)**
- 5.2.7- Темы эссе (не предусмотрены)**
- 5.2.8- Темы индивидуальных домашних заданий (не предусмотрены)**
- 5.2.9- Вопросы для самостоятельного изучения (не предусмотрены)**

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

### **6.1 Основная литература, необходимая для освоения дисциплины**

1. Малютина М.В.Физическая культура студентов в вузе [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие \М.В.Малютина, В.И.Соболева, О.В.Загородняя, С.С.Загородний. – Оренбург: Издательский центр ОГАУ, 2016. – 84 с. ЭБС «Книгафонд»
2. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты [Электронный ресурс] : учебник для вузов физической культуры. Л.П.Матвеев – Москва: Советский спорт, 2010.-340 с. ЭБС «Книгафонд»

### **6.2 Дополнительная литература, необходимая для освоения дисциплины**

1. Мироненко Е.Н.Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник/Е.Н.Мироненко О..Л.Треццева Е.Б.Штучная, А.И.Муллер. - Москва :ИНТУИТ,2011.-197с. ЭБС «Книгафонд»
2. Балахников В.В. Бегай, прыгай, метай [Электронный ресурс] Руководство по обучению легкой атлетике / В.В.Балахников, В.Б.Зеличенко.- Москва; Человек.2011.-340 с. ЭБС «Книгафонд»
3. Серов Л.К.Профессиональный отбор в спорте [Электронный ресурс] Учебное пособие для высших учебных заведений физической культуры /Л.К.Серов. – Москва: Человек 2011.-160 с. ЭБС «Книгафонд»
- 4.Брискин Ю.А Адаптивный спорт [Электронный ресурс]: Ю.А.Брискин, С.П.Евсеев, А.В. Передеркин. – Москва: Советский спорт, 2010.-315 с. ЭБС «Книгафонд»

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

Электронное учебное пособие включающее:  
- методические указания по выполнению практических работ.

### **6. 4 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине**

Самостоятельная работа обучающихся не предусмотрена.

### **6. 5 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем**

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

### **6. 6 Перечень ресурсов информационных телекоммуникационной сети, «Интернет», необходимых для освоения дисциплины**

1. <http://www.knigafund.ru/> - ЭБС
2. <http://e.lanbook.com/> - ЭБС
3. <http://rucont.ru/> - ЭБС
4. <http://elibrary.ru/defaultx.asp> - ЭБС
5. <http://www.rsl.ru> Российская государственная библиотека (РГБ)
6. <http://www.edu.ru> - федеральный портал российского образования.  
Нормативные материалы по образованию, учебно-методические материалы и ресурсы по всем направлениям, специальностям.
7. <http://www.infosport.ru/press/fkvet> – Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии Образования Российской Государственной Академии Физической Культуры.
8. <http://tpfk.infosport.ru> – Теория и практика физической культуры. Ежемесячный научно-теоретический журнал Государственного Комитета Российской Федерации по физической культуре и туризму, Российской Государственной Академии физической культуры

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

Занятия практического типа проводятся в легкоатлетическом манеже, оборудованном беговой дорожкой, футбольной и волейбольной площадками, ковром для борьбы, тренажерами, а так же в спортивном зале с баскетбольной и волейбольной площадками и в зале ритмической гимнастики, оборудованном зеркальной стенкой и ковром.

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине представлен в Приложении 1.

Программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 12 января 2016 г. № 7

Разработал

Н. А. Дудкин.