

Сибирский институт управления – филиал РАНХиГС
Кафедра социальной антропологии и межкультурных коммуникаций

ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

«Теория культуры и культурная политика»

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

***ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛИ) ПО ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ***

Б1.В.16

краткое наименование дисциплины: ЭДпоФК

по направлению подготовки:
50.03.01 Искусства и гуманитарные науки

формы обучения: очная

Год набора – 2023

1. Планируемые результаты освоения дисциплины

Дисциплина Б1.В.16 «Элективные курсы по физической культуре и спорту»
обеспечивает овладение следующими компетенциями с учетом этапа:

Код компетенции	Наименование компетенции	Код этапа освоения компетенции	Наименование этапа освоения компетенции
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1	Способность применять теоретические знания о средствах и методах физического воспитания, о видах здорового образа жизни, самодиагностики и физическом совершенствовании человека в социальной и профессиональной деятельности.
		УК-7.2	Способность владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств.
		УК-7.3	Способность самостоятельно изучить и проанализировать информацию о применении различных видов физической нагрузки для обеспечения успешной профессиональной деятельности, о методах и средствах профилактики профессиональных заболеваний и применять их на практике
		УК-7.4	Способность применять разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в т.ч. в подготовке к выполнению нормативов ВФСК ГТО.
		УК-7.5	Способность осуществлять технические приемы и двигательные действия

Код компетенции	Наименование компетенции	Код этапа освоения компетенции	Наименование этапа освоения компетенции
			базовых видов спорта.
		УК-7.6	Способность самостоятельно применять физические упражнения разной функциональной направленности.

2. Объем дисциплины

объем дисциплины
количество академических часов, выделенных

328 а.ч./ 246 астр.ч

на занятия практического (семинарского) типа

328 а.ч./ 246 астр.ч

3. Структура дисциплины

Очная форма обучения

№ п/п	Наименование тем (разделов)	Объем дисциплины, час.						Форма текущего контроля успеваемости *, промежуточной аттестации**
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СР	
			л/эо, дот	лр/эо, дот	пз/эо, дот	КСР		
Раздел 1	ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТОВ	30			30			Тестирование по нормативам Контрольная работа
Тема 1.1	Физическая культура в профессиональной подготовке бакалавра и социокультурное развитие личности студента.	15			15			
Тема 1.2	Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности	15			15			

№ п/п	Наименование тем (разделов)	Объем дисциплины, час.					СР	Форма текущего контроля успеваемости *, промежуточной аттестации**
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий					
			л/эо, дот	лр/эо, дот	пз/эо, дот	КСР		
Раздел 2	ПСИХОФИЗИО ЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ УЧЕБНОГО ТРУДА И ИНТЕЛЛЕКТУА ЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТ И	10			10			Тестирование по нормативам Контрольная работа
Тема 2.1	Психофизиологи ческие основы учебного труда и интеллектуально й деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособнос ти.	10			10			
Раздел 3	ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТ ИКА ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	20			20			Тестирование по нормативам контрольная работа
Тема 3.1	Общая физическая подготовка студентов в образовательном процессе и в будущей профессионально й деятельности.	10			10			

№ п/п	Наименование тем (разделов)	Объем дисциплины, час.					СР	Форма текущего контроля успеваемости*, промежуточной аттестации**
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий					
			л/эо, дот	лр/эо, дот	пз/эо, дот	КСР		
Тема 3.2	Специальная физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе и в будущей профессиональной деятельности.	10			10			
Раздел 4	МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ	20			20			Тестирование по нормативам контрольная работа
Тема 4.1	Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями.	10			10			
Тема 4.2	Самоконтроль в процессе занятий	10			10			
Промежуточная аттестация								Зачет
Раздел 5	АДАПТИВНАЯ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	28			28			Тестирование по нормативам контрольная работа портфолио
Тема 5.1	Оздоровительная физическая культура (ОФК).	18			18			
Тема 5.2	Адаптивная физическая культура: основные понятия, методы и средства АФК.	10			10			

№ п/п	Наименование тем (разделов)	Объем дисциплины, час.					СР	Форма текущего контроля успеваемости *, промежуточной аттестации**
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий					
			л/эо, дот	лр/эо, дот	пз/эо, дот	КСР		
Раздел 6	ДИАГНОСТИКА ПРИ ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКИМ И УПРАЖНЕНИЯ МИ И	26			26			Тестирование по нормативам устный опрос портфолио
Тема 6.1	Исследование физического развития	16			16			
Тема 6.2	Методики коррекции физического развития	10			10			
Промежуточная аттестация								Зачет
Раздел 7	СПОРТ. ИНДИВИДУАЛЬ НЫЙ ВЫБОР ВИДОВ СПОРТА	30			30			Тестирование по нормативам контрольная работа портфолио
Тема 7.1	Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.	16			16			
Тема 7.2	Особенности занятий избранным видом спорта или системой упражнений	14			14			
Раздел 8	КЛАССИФИКА ЦИЯ ТЕХНИКИ ДВИЖЕНИЙ	24			24			Тестирование по нормативам контрольная работа портфолио
Тема 8.1	Основы техники избранного спортивного направления/ вида спорта	24			24			
Промежуточная аттестация								Зачет

№ п/п	Наименование тем (разделов)	Объем дисциплины, час.					СР	Форма текущего контроля успеваемости*, промежуточной аттестации**
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий					
			л/эо, дот	лр/эо, дот	пз/эо, дот	КСР		
Раздел 9	МЕТОДИКА СОСТАВЛЕНИЯ И ПРОВЕДЕНИЯ САМОСТОЯТЕЛ	28			28			Тестирование по нормативам контрольная работа портфолио
Тема 9.1	Методика составления и проведения простейших самостоятельных занятий физическими упражнениями гигиенической или тренировочной направленности	28			28			
Раздел 10	МЕТОДИКА ИНДИВИДУАЛЬ НОГО ПОДХОДА	26			26			Тестирование по нормативам контрольная работа портфолио
Тема 10.1	Средства и методы направленного развития отдельных физических качеств	26			26			
Промежуточная аттестация								Зачет
Раздел 11	ПРОФЕССИОНА ЛЬНО- ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СТУДЕНТОВ	28			28			проведение комплекса ППФП устный опрос
Тема 11.1	Профессиональн о-прикладная физическая подготовка студентов	28			28			

№ п/п	Наименование тем (разделов)	Объем дисциплины, час.					СР	Форма текущего контроля успеваемости*, промежуточной аттестации**
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий					
			л/зо, дот	лр/эз, дот	пз/эз, дот	КСР		
Раздел 12	ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СОТРУДНИКОВ ИЗ РАЗНЫХ СФЕР	26			26			устный опрос тестирование по нормативам
Тема 12.1	Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов	26			26			
Промежуточная аттестация								Зачет
Раздел 13	ПРОФИЛАКТИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	20			20			Тестирование
Тема 13.1	Средства профилактики профессиональных заболеваний и улучшения работоспособности	20			20			
Раздел 14	ОСНОВЫ МЕТОДИКИ ОРГАНИЗАЦИИ СУДЕЙСТВА ПО ИЗБРАННОМУ ВИДУ СПОРТА	12			12			Тестирование
Тема 14.1	Основы организации судейства по избранному виду спорта	12			12			Тестирование
Промежуточная аттестация								Зачет
Всего:		328			328			

Используемые сокращения:

Л - занятия лекционного типа (лекции и иные учебные занятия, предусматривающие преимущественную передачу учебной информации педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях, обучающимся);

ЛР - лабораторные работы (вид занятий семинарского типа);

ПЗ - практические занятия (виды занятий семинарского типа за исключением лабораторных работ);

КСР - индивидуальная работа обучающихся с педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях (в том числе индивидуальные консультации);

ДОТ - занятия, проводимые с применением дистанционных образовательных технологий, в том числе с применением виртуальных аналогов профессиональной деятельности;

СРО - самостоятельная работа, осуществляемая без участия педагогических работников организации и (или) лиц, привлекаемых организацией к реализации образовательных программ на иных условиях.

Примечание:

* опрос (О), тестирование (Т)

**зачет (З).

4.Форма промежуточной аттестации: зачет

5.Основная литература

1. Евсеев, Ю. И. Физическая культура [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Ю. И. Евсеев. - 9-е изд., стер. – Электрон. дан. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2014. - 448 с. - Доступ из ЭБС «Унив. б-ка ONLINE». – Режим доступа : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271591>, требуется авторизация – Загл. с экрана.

2. Физическая культура [Электронный ресурс] : учеб. пособие/ Е. С. Григорович [и др.]. - Электрон. дан. - Минск: Вышэйшая школа, 2014. - 351 с. - Доступ из ЭБС «IPRbooks». - Режим доступа : <http://www.iprbookshop.ru/35564.html>, требуется авторизация (дата обращения : 09.08.2016). – Загл. с экрана. – То же [Электронный ресурс]. - Доступ из ЭБС «Унив. б-ка ONLINE». – Режим доступа : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=144214>, требуется авторизация – Загл. с экрана.