


Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«Мичуринский государственный аграрный университет»

кафедра физического воспитания

УТВЕРЖДЕНА
решением учебно-методического совета
университета
(протокол от 22 июня 2023 г. № 10)

УТВЕРЖДАЮ
Председатель учебно-методического
совета университета
 С.В. Соловьёв
«22» июня 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ЭЛЕКТИВНАЯ ДИСЦИПЛИНА ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Специальность 38.05.01 Экономическая безопасность

Специализация Экономико-правовое обеспечение экономической безопасности

Направленность (профиль) Экономико-правовое обеспечение экономической безопасности

Квалификация: экономист

Мичуринск – 2023

1. Цели освоения элективной дисциплины (модуля)

Целями освоения элективной дисциплины физическая культура и спорт являются:

- формирование физической культуры обучающегося, способностей методически обоснованно и целенаправленно использовать разнообразные средства, методы и организационные формы физической культуры и спорта, позволяющие обучающемуся сформировать индивидуальную здоровьесберегающую жизнедеятельность, необходимую для профессионально-личностного становления;
- осознание обучающимися понимания социальной роли физической культуры и спорта в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических и практических основ физической культуры и спорта и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-целостного отношения к физической культуре и спорту, установки на здоровый стиль жизни, физического самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
- обеспечение физической культуры и спорта, определяющей психофизическую готовность обучающегося к будущей профессии;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Элективная дисциплина «Физическая культура и спорт» входит в вариативную часть дисциплин (модулей) Б1.В.14.

Для успешного освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен овладеть следующими дисциплинами: «История», «Психология», «Физическая культура и спорт»,

Элективная дисциплина «Физическая культура и спорт» является предшествующей для таких дисциплин (модулей), как «Безопасность жизнедеятельности», «Специальная подготовка».

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Освоение элективной дисциплины «Физическая культура и спорт» направлено на формирование следующих общекультурных и профессиональных компетенций:

- ОК-6: способностью проявлять психологическую устойчивость в сложных и экстремальных условиях, применять методы эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психологического состояния;
- ОК-9: способностью организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни;
- ПК-42: способностью планировать и организовывать служебную деятельность подчиненных, осуществлять контроль и учет ее результатов.

Планируемые результаты обучения (показатели достижения заданного уровня освоения компетенций)	Критерии оценивания результатов обучения			
	Низкий (допороговый) компетенция не сформирована	Пороговый	Базовый	Продвинутый
ОК-6	Фрагментарные	Общие, но не	Сформированн	Успешные

<p><i>Знать:</i> особенности проявления психологической устойчивости в сложных и экстремальных условиях, применения методов эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психологического состояния</p>	<p>знания о психологической устойчивости в сложных и экстремальных условиях, частичное применение методов эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психологического состояния</p>	<p>структурированные знания о психологической устойчивости в сложных и экстремальных условиях, частичное применение методов эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психологического состояния</p>	<p>ые, но содержащие отдельные пробелы знания о психологической устойчивости в сложных и экстремальных условиях, частичное применение методов эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психологического состояния</p>	<p>знания о психологической устойчивости в сложных и экстремальных условиях, частичное применение методов эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психологического состояния</p>
<p><i>Уметь:</i> осуществлять и корректировать собственную профессиональную деятельность с учётом эмоциональной и когнитивной регуляции, а также физического и психического состояния</p>	<p>Частичное осуществление и корректировка собственной профессиональной деятельности с учётом эмоциональной и когнитивной регуляции, а также физического и психического состояния</p>	<p>В целом успешно, но не систематическое осуществление и корректировка профессиональной деятельности с учётом эмоциональной и когнитивной регуляции, а также физического и психического состояния</p>	<p>В целом успешные, но содержащие отдельные пробелы в осуществлении и корректировке профессиональной деятельности с учётом эмоциональной и когнитивной регуляции, а также физического и психического состояния</p>	<p>Сформированное осуществление и корректировка профессиональной деятельности с учётом эмоциональной и когнитивной регуляции, а также физического и психического состояния</p>
<p><i>Владеть:</i> психологической устойчивостью в сложных и экстремальных условиях</p>	<p>Фрагментарное использование умений осуществлять и корректировать профессиональную деятельность</p>	<p>В целом успешное, но не систематическое использование умений осуществлять и корректировать профессиональную</p>	<p>В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы в использовании умений осуществлять и корректировать</p>	<p>Успешное и систематическое использование умений осуществлять и корректировать профессиональную</p>

		ю деятельность	собственную профессиональную деятельность	ную деятельность
<i>ОК-9</i> <i>Знать:</i> основы организации своей жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	Фрагментарные знания основ организации своей жизни в соответствии с социально значимыми представлениями и о здоровом образе жизни	Общие, но не структурированные знания основ организации своей жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	Сформированные, но содержащие отдельные пробелы знания основ организации своей жизни в соответствии с социально значимыми представлениями и о здоровом образе жизни	Успешное и систематическое применение знаний основ организации своей жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни
<i>Уметь:</i> организовать свою жизнь в соответствии с представлениями о здоровом образе жизни	Частично освоенное применение системы организации своей жизни в соответствии с представлениями и о здоровом образе жизни	В целом успешно, но не систематически осуществляемое применение системы организации своей жизни в соответствии с представлениями о здоровом образе жизни	В целом успешные, но содержащие отдельные пробелы организации своего здорового образа жизни	Сформированное умение организации своей жизни в соответствии с представлениями о здоровом образе жизни
<i>Владеть:</i> навыками организации своей жизни в соответствии с представлениями о здоровом образе жизни	Фрагментарная организация своей жизни в соответствии с представлениями и о здоровом образе жизни	В целом успешная, но не систематическая организация своей жизни в соответствии с представлениями о здоровом образе жизни	В целом успешная, но содержащее отдельные пробелы организация здорового образа жизни	Успешное и систематическое применение навыков организации своей жизни в соответствии с представлениями о здоровом образе жизни
<i>ПК-42</i> <i>Знать:</i> основы планирования и организации служебной деятельности подчиненных, способы осуществления контроля и учета её результатов	Фрагментарные знания основ планирования и организации служебной деятельности подчиненных, способов осуществления контроля и учета её результатов	Общие, но не структурированные знания основ планирования и организации служебной деятельности подчиненных, способов осуществления контроля и учета	Сформированные, но содержащие отдельные пробелы знания основ планирования и организации служебной деятельности подчиненных,	Успешное и систематическое применение знаний основ планирования и организации служебной деятельности подчиненных, способов осуществления

результатов		её результатов	способов осуществления контроля и учёта её результатов	контроля и учёта её результатов
<i>Уметь:</i> применять систему методов планирования и организации служебной деятельности подчиненных; способами осуществления контроля и учёта её результатов	Частично применять систему методов планирования и организации служебной деятельности подчиненных; способов осуществления контроля и учёта её результатов	В целом успешное, но не систематическое применение методов планирования и организации служебной деятельности подчиненных; способов осуществления контроля и учёта её результатов	В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы применение методов планирования и организации служебной деятельности подчиненных; способов осуществления контроля и учёта её результатов	Сформированное умение применения методов планирования и организации служебной деятельности подчиненных; способов осуществления контроля и учёта её результатов
<i>Владеть:</i> методами планирования и организации служебной деятельности подчиненных, способами осуществления контроля и учёта её результатов	Фрагментарное владение методами планирования и организации служебной деятельности подчиненных, способами осуществления контроля и учёта её результатов	В целом успешное, но не систематическое владение методами планирования и организации служебной деятельности подчиненных, способами осуществления контроля и учёта её результатов	В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы владение методами планирования и организации служебной деятельности подчиненных, способами осуществления контроля и учёта её результатов	Успешное и систематическое владение навыками методами планирования и организации служебной деятельности подчиненных, способами осуществления контроля и учёта её результатов

В результате изучения элективной дисциплины физическая культура и спорт обучающийся должен:

знать:

- основные понятия о физической культуре и спорте человека и общества, ее истории и роли в формировании здорового образа жизни;
- особенности воздействия на организм условий и характера различных видов профессионального труда и понимать важность поддержания высокого уровня физического и психического здоровья;
- социально-психологические основы физического развития и воспитания личности;

уметь:

- управлять своим физическим здоровьем и применять высокоэффективные оздоровительные и спортивные технологии;

- самостоятельно заниматься различными видами спорта, современными двигательными и оздоровительными системами и применять свои навыки для организации коллективных занятий и соревнований;

- воспитывать индивидуально-психологические и социально-психологические свойства личности и применять средства спортивных состязаний;

- готовность применять практические умения и навыки по физической культуре и спорту в экстремальных ситуациях производственной деятельности;

владеть:

-способностью к самоопределению, саморазвитию и самосовершенствованию в выборе средств и методов оздоровительных и спортивных технологий;

- высоким уровнем готовности к развитию в сфере физической культуры и спорта (мотивация, знания, умения, навыки и самооценка достижений);

- технологией мониторинга собственного физического развития, функционального состояния систем организма, физической и психической работоспособности;

- способностью передавать систему формирования индивидуальной здоровьесберегающей жизнедеятельности.

3.1. Матрица соотнесения тем/разделов учебной дисциплины (модуля) и формируемых в них общекультурных и профессиональных компетенций

Разделы, темы дисциплины (модуля)	ОК-6	ОК-9	ПК-42	Общее количество компетенций
<i>Раздел 1. Теоретический раздел</i>				
1.1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся.	+	+	+	3
1.2. Социально-биологические основы физической культуры.	+	+	+	3
1.3. Основы ЗОЖ обучающегося. Роль физической культуры в обеспечении здоровья.	+	+	+	3
1.4. Спортивно-массовая и физкультурно-оздоровительная деятельность в вузе.	+	+	+	3
1.5. Рекреационная физическая культура обучающегося.	+	+	+	3
<i>Раздел 2. Практический раздел.</i>				
2.1. Методико-практический раздел.				
2.1.1. Основы техники безопасности на занятиях различными видами спорта.	+	+	+	3
2.1.2. Показатели и критерии оценки физического развития, функциональной и физической	+	+	+	3

подготовленности.				
2.1.3. Врачебный и педагогический контроль в системе физической культуры и спорта.	+	+	+	3
2.1.4. Первая помощь.	+	+	+	3
2.1.5. Показания и противопоказания к занятиям.	+	+	+	3
2.1.6. Развитие студенческого спорта высших достижений, массового спорта.	+	+	+	3
2.2. Учебно-тренировочный раздел.				
<i>Лёгкая атлетика</i>				
- бег на короткие дистанции (30м, 100м, 200м, 400м)	+	+	+	3
-бег на средние дистанции (800м, 1000м, 2000м, 3000м)	+	+	+	3
- эстафетный бег (4x100м)	+	+	+	3
- бег по пересеченной местности	+	+	+	3
- прыжок в длину с разбега; - прыжок в длину с места	+	+	+	3
- метание гранаты; толкание ядра	+	+	+	3
<i>Спортивные игры:</i>				
<i>Волейбол</i>				
- приемы верхней и нижней передачи мяча	+	+	+	3
- нападающий удар, блок в волейболе	+	+	+	3
- подачи мяча	+	+	+	3
<i>Баскетбол</i>				
- стойки, перемещения, остановки, передачи	+	+	+	3
- ведение мяча правой и левой рукой	+	+	+	3
- броски одной, двумя руками, руками с места, с хода	+	+	+	3
<i>Футбол</i>				
- передвижения с мячом	+	+	+	3
- техника приема мяча передачи (пас)	+	+	+	3
- обучить технике удара по мячу и воротам	+	+	+	3
<i>Настольный теннис</i>				

- индивидуальные технические приемы игры, исходные положения (стойки), способы держания ракетки, передвижения; стратегии и тактика в индивидуальной и парной игре	+	+	+	3
-правила участия в соревнованиях	+	+	+	3
<i>Лыжная подготовка</i>				
- попеременный двухшажный ход	+	+	+	3
- одновременный безшажный ход	+	+	+	3
- подъем	+	+	+	3
-способы хода: «елочка», «полуелочка», «скользящий шаг»	+	+	+	3
-спуск на лыжах	+	+	+	3
- прохождение дистанций на выносливость	+	+	+	3
<i>Акробатика, гимнастика</i>				
- кувырки	+	+	+	3
- стойки	+	+	+	3
- равновесия	+	+	+	3
<i>Общая физическая подготовка:</i>				
- упражнения с гантелями, упражнения на тренажерах	+	+	+	3
- упражнения в парах;	+	+	+	3
- упражнения со скакалками;	+	+	+	3
- упражнения на гимнастической стенке	+	+	+	3
<i>Раздел 2.3. Контрольный раздел:</i>				
Врачебно-педагогический контроль.	+	+	+	3
Промежуточная аттестация по пройденному материалу	+	+	+	3
Зачётное тестирование	+	+	+	3
Реферат	+	+	+	3

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 9 зачетных единиц, 328 академических часов.

4.1. Объем дисциплины (модуля) и виды учебной работы

Вид занятий	Количество ак.часов
-------------	---------------------

	по очной форме обучения						по заочной форме обуче- ния, 2 курс
	Итого	2 сем.	3 сем.	4 сем.	5 сем.	6 сем.	
Общая трудоемкость дисциплины (модуля)	328	76	76	76	54	46	328
Контактная работа обучающихся с преподавателем	328	76	76	76	54	46	-
Аудиторные занятия, из них	328	76	76	76	54	46	-
практические занятия	328	76	76	76	54	46	-
Самостоятельная работа:	-	-	-	-	-	-	324
утренняя гигиеническая гимнастика							80
физические упражнения в течение дня							140
самостоятельные тренировочные занятия в свободное время							80
выполнение индивидуальных заданий							24
Контроль	-	-	-	-	-	-	4
Вид итогового контроля	зачет						зачет

4.2. Лекции не предусмотрены

4.3. Практические занятия

№ раздела	Наименование занятия	Всего ак. часов	Формируемые компетенции
		по очной форме обучения	
1.	<i>Легкая атлетика</i>		
	- бег на короткие дистанции (30м, 100м, 200м, 400м)	50	ОК – 6, ОК – 9, ПК-42
	- бег на средние дистанции (800м, 1000м, 2000м, 3000м)		
	- эстафетный бег (4x100м);		
	- бег по пересеченной местности		
	- прыжок в длину с разбега		
	- прыжок в длину с места		
- метание гранаты; толкание ядра			
2.	<i>Спортивные игры</i>		
	<i>Волейбол:</i>		
	приемы верхней и нижней передачи мяча	50	ОК – 6, ОК – 9, ПК-42
	нападающий удар, блок в волейболе		
подачи мяча			

<i>Баскетбол</i>			
	-стойки, перемещения, - остановки, передачи	50	ОК – 6 ОК – 9, ПК-42
	-ведение мяча правой и левой рукой, броски одной, двумя руками с места, с хода		
<i>Футбол</i>			
	-передвижениям с мячом; -техника приема передачи (пас) - техника удара по мячу и воротам - техника приема мяча	50	ОК – 6 ОК – 9, ПК-42
<i>Настольный теннис</i>			
3.	- индивидуальные технические приемы игры, исходные положения (стойки), способы держания ракетки, передвижения; -стратегии и тактика в индивидуальной и парной игре; -правила участия в соревнованиях	50	ОК – 6 ОК – 9, ПК-42
<i>Лыжная подготовка</i>			
4.	- попеременный двухшажный ход	50	ОК – 6 ОК – 9, ПК-42
	- одновременный безшажный ход		
	- подъем способами «елочка», «полуелочка», «скользящим шагом»;		
	- обучить технике спусков на лыжах; - прохождение дистанций на выносливость		
<i>Акробатика, гимнастика</i>			
5.	- кувырки - стойки - равновесия	28	ОК – 6 ОК – 9, ПК-42
<i>Общая физическая подготовка (ОФП)</i>			
6.	- упражнения с гантелями;	50	ОК – 6 ОК – 9, ПК-42
	- упражнения на тренажерах;		
	- упражнения в парах;		
	- упражнения со скакалками;		
	- упражнения на гимнастической стенке		

ИТОГО	328
-------	-----

4.4. Лабораторные работы не предусмотрены

4.5. Самостоятельная работа обучающихся

Раздел дисциплины (модуля)	№	Вид самостоятельной работы	Объём в акад. часах
Практический раздел	1	Утренняя гигиеническая гимнастика	80
	2	Физические упражнения в течение дня	140
	3	Самостоятельные тренировочные занятия в свободное время	80
	4	Выполнение индивидуальных заданий	24
Итого			324

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

1. Захарова С.В. Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы обучающихся для всех направлений подготовки института экономики и управления. - Мичуринск: Изд-во МичГАУ, 2020.

4.6 Выполнение контрольной работы, обучающимися по заочной форме обучения

Целью контрольной работы по элективной дисциплине «Физическая культура и спорт» является рассмотрение теоретических знаний в области физической культуры и спорта по формированию различных жизненно важных двигательных умений и навыков; формированию спортивных двигательных умений и навыков; приобретению базовых знаний научно-практического характера.

Контрольная работа должна: выполняться на стандартных листах формата А 4, иметь титульный лист, план работы с нумерацией страниц в соответствии с его пунктами, введение, текст самой работы, заключение, список литературы, использованной при написании, приложения, если таковые имеются, быть сдана на кафедру не менее чем за 14 дней до начала сессии.

Обучающиеся, сдавшие письменные работы позже установленного срока, до сдачи зачета не допускаются.

Титульный лист должен быть оформлен по форме и в обязательном порядке должен содержать название кафедры, на которой выполняется работа, название предмета и тему, по которой выполняется работа, Ф.И.О. и регалии преподавателя, проверяющего работу; Ф.И.О. и курс обучающегося, выполнившего работу.

Страницы работы должны быть пронумерованы. Текст работы пишется только с одной стороны листа.

Список литературы должен содержать не менее 3 источников, на которые в тексте работы в обязательном порядке должны содержаться ссылки. Текст без ссылок и списка литературы не проверяется и не рецензируется.

Источники в списке литературы должны быть оформлены следующим образом: Ф.И.О.

автора. Название монографии без кавычек. Место издания, год издания. Ф.И.О. автора. Название статьи без кавычек // Название журнала или газеты без кавычек. Год издания. Номер.

Ф.И.О. автора. Название статьи без кавычек // Название сборника без кавычек / под ред. Ф.И.О. Место издания, год издания.

Список литературы должен быть составлен в алфавитном порядке по фамилиям авторов.

Объем письменной работы должен быть не менее 12 машинописных листов. Текст печатается шрифтом размера 14 и с интервалом 1.5, при отступах от левого края 3 см, правого и верхнего – 1.5 см, нижнего – 2 см.

Выбор варианта контрольной работы осуществляется по первой букве фамилии обучающегося:

- Контрольная работа № 1: А, Д, И
- Контрольная работа № 2: Б, Е, К, Ч
- Контрольная работа № 3: В, Ж, Л, Э
- Контрольная работа № 4: М, Р, Ш
- Контрольная работа № 5: З, Н, Т, Х
- Контрольная работа № 6: О, С, Ц, Я.
- Контрольная работа № 7: П, У, Ф
- Контрольная работа № 8: Г, Щ, Ю

Выполненная контрольная работа подписывается обучающимся и сдается на проверку преподавателю на кафедру физического воспитания. Проверка контрольной работы преподавателем осуществляется в течение недели после ее сдачи. Контрольная работа должна быть зачтена к началу экзаменационной сессии.

Темы контрольных работ

1. Физическая культура и спорт как действенные средства сохранения и укрепления здоровья людей, их физического совершенствования.

2. Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система.

3. Утомление при физической и умственной работе: компенсированное, некомпенсированное, острое, хроническое.

4. Биологические ритмы и работоспособность.

5. Гипокинезия и гиподинамия, их неблагоприятное влияние на организм.

6. Взаимосвязь физической и умственной деятельности человека.

7. Влияние физических нагрузок на физиологические системы организма.

8. Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки.

9. Обмен веществ и энергии, кровь и кровообращение, сердце и сердечно-сосудистая система, дыхательная система, опорно-двигательный аппарат (костная система, суставы, мышечная система), органы пищеварения и выделения, сенсорные системы, железы внутренней секреции, нервная система.

10. Влияние образа жизни на здоровье и условий окружающей среды на здоровье.

11. Составляющие здорового образа жизни: режим труда, отдыха, питания, двигательная активность, закаливание, профилактика вредных привычек, требования санитарии и гигиены, учёт экологии окружающей среды, культура межличностного общения, психофизическая саморегуляция.

12. Методические принципы физического воспитания. Принцип сознательности и активности. Принцип наглядности. Принцип систематичности. Принцип динамичности (постепенное усиление развивающих факторов).

13. Воспитание физические качества. Воспитание выносливости, силы, быстроты, ловкости (координации движений), гибкости.

14. Формирование психических качеств, черт и свойств личности в процессе физического воспитания.

15. Формы занятий физическими упражнениями. Урочные формы занятий. Неурочные формы занятий: индивидуальные самостоятельные занятия, самодеятельные групповые занятия, специализированные формы занятий (спортивные соревнования, физкультурные праздники и др.).

16. Цели и задачи ОФП.

17. Специальная физическая подготовка.

18. Профессионально-прикладная физическая подготовка как разновидность специальной физической подготовки.

19. Спортивная подготовка. Цели и задачи спортивной подготовки.

20. Возможность и условия коррекции физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта.

21. Управление процессом самостоятельных занятий. Определение цели. Учёт индивидуальных особенностей. Предварительный, текущий и итоговый учёт тренировочной нагрузки и корректировка тренировочных планов.

22. Массовый спорт. Спорт высших достижений. Спортивная классификация, её структура. Национальные виды спорта. Студенческий спорт.

23. Нетрадиционные виды спорта и системы физических упражнений.

24. Врачебный контроль как условие допуска к занятиям физическими упражнениями и спортом, его содержание и периодичность.

25. Педагогический контроль, его содержание. Виды педагогического контроля.

26. Самоконтроль, его цель и задачи.

27. Основные методы самоконтроля. Объективные и субъективные показатели самоконтроля. Критерии оценки самоконтроля. Дневник самоконтроля.

28. Методы стандартов, антропометрических индексов, функциональных проб, упражнений-тестов для оценки физического развития, телосложения, функционального состояния организма, физической подготовленности.

29. Коррекция содержания и методики занятий физическими упражнениями и спортом по результатам показателей контроля.

30. Физическая культура и спорт в свободное время специалиста.

4.7. Содержание разделов дисциплины (модуля)

Раздел 1. Теоретический раздел

1.1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся.

а) Физическая культура и спорт как социальные феномены.

Физическая культура-часть общечеловеческой культуры. Спорт-явление культурной жизни. Компоненты физической культуры.

б) Физическая культура в структуре профессионального образования.

Физическая культура обучающегося. Физическая культура и спорт как средство сохранения и укрепления здоровья обучающихся, их физического и спортивного совершенствования.

в) Физическая культура и спорт в высшем учебном заведении.

Гуманитарная значимость физической культуры. Ценностные ориентации и отношение обучающихся к физической культуре.

1.2. Социально-биологические основы физической культуры.

а) Организм как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система. Анатомо-морфологические особенности и основные физиологические функции организма. Функциональные системы организма.

б) Внешняя среда и её воздействие на организм и жизнедеятельность человека.(Внешняя среда. Природные социально-экологические факторы и их влияние на организм.)

в) Утомление при физической и умственной работе

1.3. Основы ЗОЖ обучающегося. Роль физической культуры в обеспечении здоровья.

- а) Понятие «здоровье», его содержание и критерии
- б) Образ жизни обучающихся и его влияние на здоровье.
- в) ЗОЖ обучающегося.
- г) Влияние окружающей среды на здоровье.
- д) Содержательные характеристики составляющих ЗОЖ.

1.4. Спортивно-массовая и физкультурно-оздоровительная деятельность в вузе

Основы спортивной тренировки обучающихся в избранных видах спорта: ОФП и СФП. Мотивация к самоопределению, саморазвитию и самосовершенствованию в спортивной деятельности. Формирования готовности у обучающихся к участию в соревновательной деятельности.

1.5. Рекреационная физическая культура обучающегося

Рекреационная физическая культура: сущность и структура. Цель, задачи рекреационной физической культуры в вузе. Самостоятельные занятия физическими упражнениями.

Раздел 2. Практический раздел

2.1. Методико-практический

2.1.1. Основы техники безопасности на занятиях различными видами спорта.

2.1.2. Показатели и критерии оценки физического развития, функциональной и физической подготовленности.

2.1.3. Врачебный и педагогический контроль в системе физической культуры и спорта.

2.1.4. Первая помощь.

2.1.5. Показания и противопоказания к занятиям.

-2.1.6. Развитие студенческого спорта высших достижений, массового спорта.

2.3. Учебно-тренировочный

1. Легкая атлетика:

- бег на короткие дистанции (30м, 100м, 200м, 400м);
- бег на средние дистанции (800м, 1000м, 2000м, 3000м);
- эстафетный бег (4*100м);
- бег по пересеченной местности;
- прыжок в длину с разбега;
- прыжок в длину с места;
- метание гранаты; толкание ядра.

2. Спортивные игры:

1) Волейбол:

- обучить приемам верхней и нижней передачи мяча;
- обучить нападающему удару, блоку в волейболе;
- подачам мяча.

2) Баскетбол:

- стойки, перемещения, остановки, передачи;
- ведение мяча правой и левой рукой;
- броски одной, двумя руками с места, с хода.

3) Футбол:

- обучить передвижениям с мячом;
- обучить технике приема передачи (пас);
- обучить технике удара по мячу и воротам;
- обучить технике приема мяча.

4) настольный теннис

-обучение (совершенствование) индивидуальным техническим приемам игры, исходным положениям (стойки), способам держания ракетки, передвижениям; стратегии и тактика в индивидуальной и парной игре;

- правила участия в соревнованиях

3. Лыжная подготовка:

- обучить попеременному двухшажному ходу;
- обучить одновременному безшажному ходу;
- обучить подъему способами: «елочка», «полуелочка», «скользящим шагом»;
- обучить технике спусков на лыжах;
- прохождение дистанций на выносливость (3-5 км).

4. Общая физическая подготовка:

- упражнения с гантелями;
- упражнения на тренажерах;
- упражнения в парах;
- упражнения со скакалками;
- упражнения на гимнастической стенке.

5. Акробатика, гимнастика

- кувырки;
- стойки;
- равновесия;

Раздел 3. Контрольный раздел

Врачебно-педагогический контроль, (проводится в форме текущих обследований в определённое время, по намеченным заранее тестам и показателям.)

Промежуточная аттестация по пройденному материалу, (проводится после прохождения учебного раздела в форме сдачи контрольных тестов)

Зачётное тестирование, (проводится в конце каждого семестра в форме сдачи контрольных зачетных нормативов)

Реферат, (назначается обучающимся, которые в силу своих физических возможностей (или иных причин) не могут сдать зачётные нормативы.)

Контрольная работа, (по заочной форме обучения)

Сдача контрольных нормативов оценки физической подготовленности обучающихся для определения итоговой оценки уровня освоения компетенций состоит из нормативов.

5. Образовательные технологии

При изучении элективной дисциплины «Физическая культура и спорт» используется инновационная образовательная технология на основе интеграции компетентностного и личностно-ориентированного подходов, с элементами традиционного теоретического, методико-практического и учебно-тренировочного обучения, с использованием различных форм и средств проведения занятий.

Вид учебных занятий	Форма проведения
Практические занятия	Физическое воспитание обучающихся в режиме учебной работы осуществляется в следующих формах: -1. методические практикумы, консультации, собеседования -2. зачетные соревнования, контрольные тестирования, соревнования по общефизической подготовке и избранному виду спорта
Самостоятельная работа обучающихся	Самостоятельные занятия обучающихся физическими упражнениями осуществляются при помощи: 1. утренней гигиенической гимнастики 2. физических упражнений в течении дня 3. написание контрольной работы 4. самостоятельных тренировочных занятий в свободное время

6. Оценочные средства дисциплины (модуля)

Основными видами дисциплинарных оценочных средств обучения и оценки успеваемости обучающихся являются:

- обязательные контрольные тесты по видам спорта (рубежный контроль);
- контрольные нормативы (промежуточный контроль);
- рефераты – назначаются обучающегося, которые в силу своих физических возможностей (или иных причин) не могут сдать зачётные нормативы);
- контрольная работа (для заочного обучения).

6.1. Паспорт фонда оценочных средств по элективной дисциплине

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины (модуля)	Код контролируемой компетенции	Оценочное средство		
			наименование	кол-во	
1	<i>Теоретический раздел</i>				
1.1.	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся.	ОК–6, ОК–9, ПК-42	Собеседование Темы рефератов	7 2	
1.2.	Социально-биологические основы физической культуры.		Собеседование Темы рефератов	7 2	
1.3.	Основы ЗОЖ обучающегося. Роль физической культуры в обеспечении здоровья.		Собеседование Темы рефератов	7 2	
1.4.	Спортивно-массовая и физкультурно-оздоровительная деятельность в вузе.		Собеседование Темы рефератов	7 2	
1.5.	Рекреационная физическая культура обучающегося		Собеседование Темы рефератов	7 2	
2	<i>Практический раздел</i>				
2.1	Методико-практический:	ОК–6, ОК–9, ПК-42			
2.1.1	Основы техники безопасности на занятиях различными видами спорта.		Собеседование Темы рефератов	7 2	
2.1.2	Показатели и критерии оценки физического развития, функциональной и физической подготовленности.		Собеседование Темы рефератов	7 2	
2.1.3	Врачебный и педагогический контроль в системе физической культуры и спорта.		Собеседование Темы рефератов	7 2	
2.1.4	Первая помощь.	ОК–6, ОК–9, ПК-42	Собеседование Темы рефератов	7 2	

2.1.5.	Показания и противопоказания к занятиям.		Собеседование Темы рефератов	7 2
2.1.6.	Развитие студенческого спорта высших достижений, массового спорта.		Собеседование Темы рефератов	7 1
2.2	<i>Учебно-тренировочный раздел</i>			
2.2.1	<p>Лёгкая атлетика:</p> <ul style="list-style-type: none"> - бег на короткие дистанции (30м, 100м, 200м, 400м); - бег на средние дистанции (800м, 1000м, 2000м, 3000м); - эстафетный бег (4*100м); - бег по пересеченной местности; - прыжок в длину с разбега; - прыжок в длину с места; - метание гранаты; толкание ядра. 	ОК–6, ОК–9, ПК-42	Контрольные нормативы	8
2.2.2	<p>Спортивные игры:</p> <p>Волейбол:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обучить приемам верхней и нижней передачи мяча; - обучить нападающему удару, блоку в волейболе; - подачам мяча. <p>Баскетбол:</p> <ul style="list-style-type: none"> - стойки, перемещения, остановки, передачи; - ведение мяча правой и левой рукой; - броски одной, двумя руками с места, с хода. <p>Футбол:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обучить передвижениям с мячом; - обучить технике приема передачи (пас); - обучить технике удара по мячу и воротам; - обучить технике приема мяча. <p>Настольный теннис</p> <ul style="list-style-type: none"> -обучение (совершенствование) индивидуальным 	ОК–6, ОК–9, ПК-42	Контрольные нормативы	8

	<p>техническим приемам игры, исходным положениям (стойки), способам держания ракетки, передвижениям; стратегии и тактика в индивидуальной и парной игре;</p> <p>-правила участия в соревнованиях</p>			
2.2.3	<p>Лыжная подготовка:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обучить попеременному двухшажному ходу; - обучить одновременному безшажному ходу; - обучить подъему способами: «елочка», «полуелочка», «скользящим шагом»; - обучить технике спусков на лыжах; - прохождение дистанций на выносливость 	ОК–6, ОК–9, ПК-42	Контрольные нормативы	8
2.2.4	<p>Акробатика, гимнастика:</p> <ul style="list-style-type: none"> - кувырки; - стойки; - равновесия; 	ОК–6, ОК–9, ПК-42	Контрольные нормативы	8
2.2.5	<p>ОФП: общая физическая подготовка:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнения с гантелями; - упражнения на тренажерах; - упражнения в парах; - упражнения со скакалками; - упражнения на гимнастической стенке 	ОК–6, ОК–9, ПК-42	Контрольные нормативы	8
3	<i>Контрольный раздел</i>			
2.3.1	<p>Врачебно-педагогический контроль.</p>	ОК–6, ОК–9, ПК-42	Обследования в определенное время, по намеченным заранее тестам и показателям	8
2.3.2	<p>Промежуточная аттестация по пройденному материалу.</p>	ОК–6, ОК–9, ПК-42	Контрольные нормативы	8

2.3.3	Зачётное тестирование.	ОК–6, ОК–9, ПК-42	Контрольные нормативы	8
2.3.4	Реферат.	ОК–6, ОК–9, ПК-42	Собеседование Темы для рефератов	7 20

6.2.1. Контрольные нормативы

КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ ОЦЕНКИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО КУРСАМ (женщины)

№№	I курс	Оценка в очках				
		5	4	3	2	1
1	Бег 100 м, с	16,5	16,8	17,2	18,0	18,8
2	Бег – 2000 м, мин	11,0	11,15	11,35	11,55	12,10
3	Лыжи 3 км, мин	19,0	19,20	19,50	20,10	21,00
4	Прыжки с места, см	175	170	160	150	140
5	Прыжки с разбега, см	350	340	320	300	280
6	Поднимание туловища, кол-во	50	40	30	20	10
7	Сгибание и разгибание рук в упоре, кол-во	12	10	8	6	4
8	Метание гранаты, м	20	18	16	14	12
9	Теория физического воспитания по пройденному материалу	в/б, б/б, л/атлетика, лыжи, основы спортивной теории				
	II-III курсы	5	4	3	2	1
1	Бег 100 м, с	16,6	16,4	17,0	17,8	18,6
2	Бег – 3000 м, мин	10,45	10,55	11,25	11,45	12,00
3	Лыжи 3 км, мин	18,00	18,30	19,30	20,00	21,00
4	Прыжки с места, см	190	180	168	160	150
5	Прыжки с разбега, см	365	350	325	310	300
6	Подтягивание н/п, кол-во	14	12	10	8	6
7	Поднимание туловища, кол-во	60	50	40	30	20
8	Метание гранаты, м	22	20	18	16	14
9	Теория физического воспитания по пройденному материалу	в/б, б/б, л/атлетика, лыжи, основы спортивной теории				

КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ ОЦЕНКИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО КУРСАМ (мужчины)

№№	I курс	Оценка в очках				
		5	4	3	2	1
1	Бег 100 м, с	13,6	13,8	14,2	14,6	15,0
2	Бег – 3000 м, мин	12,35	12,45	13,00	13,30	13,50
3	Лыжи 5 км, мин	24,30	25,30	26,20	26,50	28,20
4	Прыжки с места, см	240	230	220	200	180
5	Прыжки с разбега, см	450	430	410	400	380
6	Подтягивание, кол-во	12	10	8	6	4
7	Поднос ног, кол-во	10	8	6	4	2
8	Толкание ядра (7 кг), см	700	650	600	550	500
9	Теория физического воспитания по пройденному материалу	в/б, б/б, л/атлетика, лыжи, основы спортивной теории				

	II-III курсы	5	4	3	2	1
1	Бег 100 м, с	13,4	13,6	14,0	14,4	14,8
2	Бег – 3000 м, мин	12,30	12,40	12,55	13,20	13,40
3	Лыжи 5 км, мин	23,50	25,00	26,25	27,45	28,30
4	Прыжки с места, см	250	240	230	220	200
5	Прыжки с разбега, см	480	450	430	410	390
6	Подтягивание, кол-во	15	12	10	8	6
7	Поднос ног, кол-во	12	10	8	6	4
8	Толкание ядра (7 кг), см	750	700	650	600	550
9	Теория физического воспитания по пройденному материалу	в/б, б/б, л/атлетика, лыжи, основы спортивной теории				

КОНТРОЛЬНЫЕ ТЕСТЫ ПО ВИДАМ СПОРТА
Обязательные контрольные тесты по лёгкой атлетике

юноши						
№	Контрольные упражнения	Результат – оценки				
		5	4	3	2	1
1.	Бег на дистанции 3 км	12.30	12.45	13.00	13.15	13.30
2.	Бег на дистанции 100 м	13.4	13.8	14.0	14.15	14.3
3.	Прыжки с места	2.50	2.40	2.30	2.20	2.00
4.	Прыжки с разбега	4.80	4.50	4.40	4.10	4.00
5.	Толкание ядра (7 кг)	7.50	7.00	6.50	6.00	5.50
девушки						
1.	Бег на дистанции 100 м	16.0	16.4	17.0	17.8	18.6
2.	Бег на дистанции 2000 м	10.45	10.55	11.25	11.45	12.00
3.	Прыжки в длину с разбега	3.65	3.55	3.25	3.10	3.00
4.	Прыжки с места	190	180	170	160	150
5.	Метание гранаты	22	20	18	16	14

Обязательные контрольные тесты по волейболу

№	Контрольные упражнения	Оценка (баллы)									
		мужчины					женщины				
		«5»	«4»	«3»	«2»	«1»	«5»	«4»	«3»	«2»	«1»
1	Передача мяча сверху двумя руками, количество раз	30	25-29	20-24	17-19	15-16	20	18-19	15-17	12-14	10-11
2	Передача мяча снизу двумя руками, количество раз	20	15-19	13-14	11-12	10	15	13-14	11-12	7-10	5-6
3	Подача мяча, количество раз	10	8-9	7	6	5	5	4	3	2	1
4	Специальная физическая подготовка: прыжок вверх толчком двух ног с места, см	65	60-64	50-59	45-49	40-44	50	46-49	43-45	40-42	35-39

Обязательные контрольные тесты по баскетболу

№	Контрольные	Оценка
---	-------------	--------

	упражнения	Юноши					Девушки				
		Баллы									
		«5»	«4»	«3»	«2»	«1»	«5»	«4»	«3»	«2»	«1»
1.	Штрафные броски из десяти (кол-во попаданий)	7	6	5	4	3	6	5	4	3	2
2.	Ведение левой, ведение правой руками с бросками в движении по кольцу, количество ошибок:										
	в броске	0	1	2	2	2					
	в ведении	0	0	0	1	2					
3.	Передача баскетбольного мяча двумя руками от груди в кругу диаметром 30 см на высоте 1,5 м. расстояние 2,5 м, количество передач за 30 с	18	17-13	12-8	7-5	4-2	11	10	9	8	7
4.	Специальная физическая подготовка: челночный бег, сек.	25	25,1-25,9	26-26,4	26,5-26,9	27,0-27,9	32,0-32,4	32,5-32,9	33,0-33,4	33,5-33,9	34,0-34,9

Обязательные контрольные тесты по футболу (мини-футболу)

№	Контрольные упражнения	Оценка (баллы)				
		«5»	«4»	«3»	«2»	«1»
1	Бег 60м, сек	8,8	8,9-9,0	9,1-9,2	9,3-9,4	9,5-9,6
2	Челночный бег 4х30м, сек	17,0	17,1-18,5	18,6-20,0	20,1-20,5	20,6-21,0
3	Удары по воротам с 11м, количество попаданий	5	4	3	2	1

Обязательные контрольные тесты по настольному теннису

№	Контрольные упражнения	Оценка (баллы)									
		юноши					девушки				
		«5»	«4»	«3»	«2»	«1»	«5»	«4»	«3»	«2»	«1»
1	Подача мяча (прямая, «срезкой»),	10	9	8	7	6	10	9	8	7	6

	«накатом»)											
2	Выполнить «срезку» мяча справа, слева	7	6	5	4	3	7	6	5	4	3	
3	Выполнить нападающий удар «накат» справа, слева	7	6	5	4	3	7	6	5	4	3	
4	Двусторонняя игра на счет	Знать правила счета										
5	Специальная физическая подготовка: челночный бег, сек	25,0	25,5	26,0	26,5	27,0	32,0	32,5	33,0	33,5	34,0	
6	Сгибание и разгибание туловища из положения лежа на спине за 1 мин	58	50-57	45-49	40-44	35-39	45	35-39	30-34	25-29	20-24	

6.2.2 Темы рефератов

1. Основной понятийный аппарат элективной дисциплины «Физическая культура и спорт».
2. Роль физической культуры и спорта в развитии общества.
3. Социальные функции физической культуры и спорта.
4. Современное состояние физической культуры и спорта.
5. Функциональные системы организма.
6. Понятие «здоровье», его содержание и критерии
7. Объективные и субъективные признаки усталости, утомления и переутомления, их причины и профилактика.
8. Особенности рационального использования «малых форм» физической культуры в режиме учебного труда обучающихся.
9. Методы физического воспитания. Метод регламентированного упражнения. Игровой метод. Соревновательный метод. Использование словесных и сенсорных методов. Основы обучения движениям. Этапы обучения движениям.
10. Построение и структура учебно-тренировочного занятия. Характеристика отдельных частей учебно-тренировочного занятия.
11. История возникновения и развития волейбола. Правила игры в волейбол.
12. История возникновения игры в баскетбол. Правила игры в баскетбол.
13. История возникновения игры в футбол. Правила игры в футбол.
14. Настольный теннис. Правила игры.
15. Общая физическая подготовка (ОФП).
16. Планирование объема и интенсивности физических упражнений с учётом умственной учебной деятельности.
17. Определение понятия «спорт». Его принципиальное отличие от других видов занятий физическими упражнениями.
18. Спортивные соревнования как средство и метод физической подготовки.
19. Диагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.
20. Самоконтроль, его цель и задачи.

6.3. Шкала оценочных средств

Уровни освоения компетенций	Критерии оценивания	Оценочные средства (кол-во баллов)
<p>Продвинутый (75 - 100 баллов) «зачтено»</p>	<p>Знает - полное знание учебного материала из разных разделов дисциплины (модулю)с раскрытием сущности и области применения физической культуры и спорта обучающегося и пониманием их интегрирующей роли в процессе формирования здоровьесбережения будущих специалистов; основы формирования базовой, спортивной, оздоровительной, профессионально-прикладной.</p> <p>Умеет переносить предметные знания по теории и методике физического воспитания на другие предметные области в процессе профессиональной подготовки, управлять своим физическим здоровьем и применять высокоэффективные оздоровительные и спортивные технологии, применять свои навыки для организации коллективных занятий и соревнований.</p> <p>Владеет способностью к самоопределению, саморазвитию и самосовершенствованию в выборе средств и методов оздоровительных и спортивных технологий; высоким уровнем готовности к развитию в сфере физической культуры (мотивация, знания, умения, навыки и самооценка достижений)</p>	<p>Реферат (30-40 баллов)</p> <p>Сдача контрольных нормативов (30-40 баллов)</p> <p>Собеседование (15-20 баллов)</p>
<p>Базовый (50 -74 балла) – «зачтено»</p>	<p>знает основные теоретические разделы дисциплины, ориентируется в понятиях по изучаемому предмету умеет управлять и поддерживать свое физическое здоровье, применять практические умения и навыки по физической культуре в экстремальных ситуациях производственной деятельности.</p> <p>владеет способностью к самоопределению в выборе методов спортивных технологий, поддержанием собственного физического развития.</p>	<p>Реферат (20-30 баллов)</p> <p>Сдача контрольных нормативов (20-30 баллов)</p> <p>Собеседование (10-14баллов)</p>
<p>Пороговый (35 - 49 баллов) –</p>	<p>Знает -поверхностное знание изучаемого предмета</p>	<p>Реферат (15-20 баллов)</p>

«зачтено»	Умеет применять практические умения и навыки по физической культуре в экстремальных ситуациях производственной деятельности Владеет средним уровнем готовности к развитию в сфере физической культуре	Сдача контрольных нормативов (15-20 баллов) Собеседование (5-9 баллов)
Низкий (допороговый) (компетенция не сформирована) (менее 35 баллов) – «не зачтено»	Знает - слабое владение терминологией, приблизительное представление о предмете. Умеет – низкое качество умений и навыков по физической культуре и не способность применять их в производственной деятельности Владеет низким уровнем готовности к развитию в сфере физической культуре	Реферат (0-15 баллов) Сдача контрольных нормативов (0-15 баллов) Собеседование (0-4 балла)

Все комплекты оценочных средств (контрольно-измерительных материалов), необходимых для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций в процессе освоения дисциплины (модуля) подробно представлены в документе «Фонд оценочных средств дисциплины (модуля)».

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

7.1 Основная учебная литература

1. Захарова С.В. Учебно-методический комплекс дисциплины «Элективная дисциплина физическая культура и спорт» для обучающихся специальности 38.05.01 Экономическая безопасность специализация Экономико-правовое обеспечение экономической безопасности - Мичуринск, 2020.

2. Никитушкин В.Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии: учебное пособие для СПО / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2020. — 217 с. — (Серия : Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-04404-1.

7.2.Дополнительная учебная литература

1.Физическая культура: учебник и практикум для прикладного бакалавриата / А. Б. Муллер [и др.]. — М. : Издательство Юрайт, 2020. — 424 с. — (Серия : Бакалавр. Прикладной курс). — ISBN 978-5-534-02483-8.

7.3. Программное обеспечение и Интернет-ресурсы

1. Портал Министерства спорта РФ <http://www.minsport.gov.ru/activities/federalprograms/>.
2. Портал Департамента физической культуры и спорта г. Москвы www.mosport.ru
3. Портал здорового образа жизни <http://www.rusmedserver.ru/>.
4. Клуб любителей плавания [Электронный ресурс]. – Электрон.дан. – Режим доступа :<http://swimming.hut.ru>.
5. Национальная информационная система «Спортивная Россия» [Электронный ресурс]. – Электрон.дан. – Режим доступа :<http://infosport.ru/xml/t/default.xml>.
6. Спортивная жизнь России [Электронный ресурс]. – Электрон.дан. – Режим доступа :<http://sportliferus.narod.ru>.

7.4. Методические указания по освоению дисциплины (модуля)

1. Захарова С.В. Методические указания для самостоятельной работы по элективной дисциплине физическая культура и спорт для обучающихся специальности 38.05.01 Экономическая безопасность специализация Экономико-правовое обеспечение экономической безопасности - Мичуринск, 2021.

2. Захарова С.В. Методические указания для выполнения контрольной работы по элективной дисциплине физическая культура и спорт для обучающихся заочной формы обучения по специальности 38.05.01 Экономическая безопасность специализация Экономико-правовое обеспечение экономической безопасности - Мичуринск, 2021.

7.5. Информационные технологии (программное обеспечение и информационные справочные материалы), в том числе современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. ООО «ЭБС ЛАНЬ» (<https://e.lanbook.ru/>) (договор на оказание услуг от 10.03.2020 № ЭБ СУ 437/20/25 (Сетевая электронная библиотека)

2. Электронно-библиотечная система издательства «Лань» (<https://e.lanbook.ru/>) (договор на оказание услуг по предоставлению доступа к электронным изданиям ООО «Издательство Лань» от 03.04.2023 № 1)

3. Электронно-библиотечная система издательства «Лань» (<https://e.lanbook.ru/>) (договор на оказание услуг по предоставлению доступа к электронным изданиям ООО «Издательство Лань» от 06.04.2023 № 2)

4. База данных электронных информационных ресурсов ФГБНУ ЦНСХБ (договор по обеспечению доступа к электронным информационным ресурсам ФГБНУ ЦНСХБ через терминал удаленного доступа (ТУД ФГБНУ ЦНСХБ) от 07.04.2023 № б/н)

5. Электронно-библиотечная система «AgriLib» ФГБОУ ВО РГАЗУ (<http://ebs.rgazu.ru/>) (дополнительное соглашение на предоставление доступа от 13.04.2023 № б/н к Лицензионному договору от 04.07.2013 № 27)

6. Электронная библиотечная система «Национальный цифровой ресурс «Рукопт»: Коллекции «Базовый массив» и «Колос-с. Сельское хозяйство» (<https://rucont.ru/>) (договор на оказание услуг по предоставлению доступа от 04.04.2023 № 2702/бп22)

7. ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ» (<https://urait.ru/>) (договор на оказание услуг по предоставлению доступа к образовательной платформе ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ» от 06.04.2023 № 6)

8. Электронно-библиотечная система «Вернадский» (<https://vernadsky-lib.ru>) (договор на безвозмездное использование произведений от 26.03.2020 № 14/20/25)

9. База данных НЭБ «Национальная электронная библиотека» (<https://rusneb.ru/>) (договор о подключении к НЭБ и предоставлении доступа к объектам НЭБ от 01.08.2018 № 101/НЭБ/4712)

10. Соглашение о сотрудничестве по оказанию библиотечно-информационных и социокультурных услуг пользователям университета из числа инвалидов по зрению, слабовидящих, инвалидов других категорий с ограниченным доступом к информации, лиц, имеющих трудности с чтением плоскочечатного текста ТОГБУК «Тамбовская областная универсальная научная библиотека им. А.С. Пушкина» (<https://www.tambovlib.ru>) (соглашение о сотрудничестве от 16.09.2021 № б/н)

11. Справочная правовая система КонсультантПлюс (договор поставки и сопровождения экземпляров систем КонсультантПлюс от 03.02.2023 № 11481 /13900/ЭС)

12. Электронный периодический справочник «Система ГАРАНТ» (договор на услуги по сопровождению от 22.12.2022 № 194-01/2023)

13. База данных нормативно-правовых актов информационно-образовательной программы «Росметод» (договор от 11.07.2022 № 530/2022)

14. База данных Научной электронной библиотеки eLIBRARY.RU – российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования - <https://elibrary.ru/>

15.. Портал открытых данных Российской Федерации - <https://data.gov.ru/>

16. Открытые данные Федеральной службы государственной статистики - <https://rosstat.gov.ru/opendata>

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Занятия по дисциплине «Элективная дисциплина физическая культура и спорт» проводятся в спортивных залах №1, №5 Мичуринского ГАУ и аудиториях 2/50, 1/115.

Наименование дисциплины (модуля), практик в соответствии с учебным планом	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
Элективная дисциплина физическая культура и спорт	Спортивный зал (ул. Интернациональная, д. 101 – 4/№1)	1.Стенка гимнастическая. 2.Скамейка гимнастическая. 3.Стойка волейбольная. 4.Сетка волейбольная. 5.Стойка для подтягивания.	
	Спортивный зал (ул. Интернациональная, д. 101 – 5/№ 5)	1.Баскетбольный щит (инв. № 1101045565). 2.Табло. 3. Стенки гимнастические. 4. Баскетбольный щит. 5. Баскетбольное кольцо. 6. Стойка для подтягивания-турник. 7. Мат гимнастический. 8.Скамейка.	

	<p>Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации (ул. Интернациональная, д. 101 – 2/50)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ноутбук (инв.№1101047129). 2. Проектор Acer X113N (инв. №21013400641). 3. Экран на штативе Lumien Eco View с возможностью настенного крепления инв. №21013400642). 4. Макеты. 5. Наглядные учебные пособия. 6. Комплект криминалиста (ин. №.....). 7. Интерактивный лазерный тир (ин. №.....). 8. Наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий. <p>Компьютерная техника подключена к сети «Интернет» и обеспечена доступом к ЭИОС университета.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.Лицензия от 31.12.2013 № 49413124: Microsoft Windows XP, 7, Microsoft Office 2003, 2010. 2.Психологическое тестирование личности (теория и практика)- (накладная от 25.12.2003 № 01872). 3.Компьютерная программа к психологическому тесту СМИЛ (накладная от 25.12.2003 № 01872). 4.Компьютерная программа к психологическому тесту ИТО (Типология)- (накладная от 25.12.2003 № 01872). 5.Компьютерная программа к психологическому тесту Айзенка – Горбова (накладная от 25.12.2003 № 01872). 6.Компьютерная программа к психологическому тесту Шмишека (накладная от 25.12.2003 № 01872). 7. Цветовой тест Люшера. Кабинетный вариант (Договор №75 от 11.03.2016 г.). 8. Факторный личностный опросник Кеттелла (взрослый).
--	---	---	---

			<p>Кабинетный вариант (Договор №75 от 11.03.2016 г.).</p> <p>9. Фрустрационный тест Розенцвейга (взрослый). Кабинетный вариант (Договор №75 от 11.03.2016 г.).</p> <p>10. Тест структуры интеллекта Р. Амтхауэра. Кабинетный вариант (Договор №75 от 11.03.2016 г.).</p> <p>11. Тест Дж. Гилфорда и М.Салливен. Диагностика интеллектуальных и творческих способностей. Кабинетный вариант (Договор №75 от 11.03.2016 г.).</p>
	<p>Помещение для самостоятельной работы (компьютерный класс) (ул. Интернациональная, д. 101 – 1/115)</p>	<p>1.Компьютер Celeron E3500, мат. плата ASUS, опер. память 2048 Mb.</p> <p>2. Монитор 19" АОС (инв. №2101045275, 2101045276, 2101045277, 2101045278, 2101045279, 2101045280, 2101045281, 2101045274).</p> <p>Компьютерная техника подключена к сети «Интернет» и обеспечена доступом в ЭИОС университета.</p>	<p>1.Лицензия от 31.12.2006 № 18495261: Microsoft Windows XP Professional Russian, Windows Office Professional 2003 Win 32 Russian.</p> <p>2.Профессиональная база данных: Альянс развития финансовых коммуникаций и отношений с инвесторами. Режим доступа: http://www.arfi.ru</p> <p>3. Профессиональная база данных:</p>

			Гильдия финансистов. – Режим доступа: http://www.guildfin.org 4. Профессиональная база данных: Российский союз промышленников и предпринимателей. – Режим доступа: http://рсп.рф
--	--	--	---

Рабочая программа дисциплины (модуля) составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по специальности 38.05.01 Экономическая безопасность утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 20 от 16 января 2017 г.

Авторы: старший преподаватель кафедрой физического воспитания Захарова С.В.



Рецензент(ы): профессор, к.ф.н., кафедры экономической безопасности и права Н. И. Руднева



Программа рассмотрена на заседании кафедры физического воспитания, протокол № 8 от «3» февраля 2017 г.

Программа рассмотрена на заседании учебно-методической комиссии Института экономики и управления Мичуринского ГАУ, протокол № 7 от «21» февраля 2017 г.

Программа утверждена Решением Учебно-методического совета университета, протокол № 6 от «22» февраля 2017 г.

Программа переработана и дополнена в соответствии с требованиями ФГОС ВО.

Программа рассмотрена на заседании кафедры физического воспитания, протокол № 8 от «7» апреля 2020 г.

Программа рассмотрена на заседании учебно-методической комиссии института экономики и управления Мичуринского ГАУ, протокол № 8 от «21» апреля 2020 г.

Программа утверждена Решением Учебно-методического совета университета, протокол № 8 от «23» апреля 2020 г.

Рабочая программа рассмотрена на заседании физического воспитания протокол № 9 от «05» апреля 2022 г.

Рабочая программа рассмотрена на заседании учебно-методической комиссии Социально – педагогического института Мичуринского ГАУ, протокол № 8 от «11» апреля 2022 г.

Рабочая программа утверждена Решением Учебно-методического совета университета, протокол № 8 от «21» апреля 2022 г.

Программа рассмотрена на заседании кафедры Физической культуры протокол № 10 «05»

июня 2023 года

Программа рассмотрена на заседании учебно-методической комиссии Социально-педагогического института протокол № 10 «13» июня 2023 года

Программа утверждена Решением Учебно-методического совета университета, протокол № 10 от «22» июня 2023 года