

Автономная некоммерческая организация
высшего образования



Уральский институт фондового рынка

Кафедра Математических методов в экономике
и социально-экономических наук

**ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
(общая физическая подготовка)**

Аннотация рабочей программы дисциплины
для студентов всех форм обучения
по направлению 38.03.01 Экономика
(направленность (профиль) «Бухгалтерский учет, анализ и аудит», "Финансы и
кредит", "Экономика предприятий (организаций)")

Екатеринбург
2017

СОДЕРЖАНИЕ

1.1 Общая характеристика дисциплины	3
1.2 Место дисциплины в структуре образовательной программы	3
1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы	5
1.4 Учебно-методическое обеспечение дисциплины	6

1.1 Общая характеристика дисциплины

Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре» включена в дисциплины по выбору вариативной части блока Б1 ФГОС ВО.

В рамках учебного курса у студентов формируются навыки в создании и рациональном использовании специальных средств, методов и условий направленного физического совершенства человека, необходимые для получения квалификации «Бакалавр» по направлению «Экономика».

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование у обучающихся следующих компетенций:

- способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)

1.2 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Целью учебной дисциплины «Элективные курсы по физической культуре» является всестороннее гармоничное развитие личности;

Учебные задачи дисциплины:

Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих воспитательных, образовательных, развивающих и оздоровительных задач:

– понимание роли физической культуры в развитии личности и подготовке её к профессиональной деятельности;

– 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 области физической культуры;

– 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.

Учебные задачи дисциплины «Элективные курсы по физической культуре» (ОФП):

- Достичь гармоничного развития мускулатуры тела и соответствующей силы мышц;
- Приобрести общую выносливость;
- Повысить быстроту выполнения разнообразных движений, общие скоростные способности;
- Повысить волевую подготовленность;
- Повысить подвижность суставов и эластичность мышц;
- Улучшить проявление ловкости в самых разнообразных (бытовых, трудовых, спортивных) действиях, умение координировать простые и сложные движения;
- Научиться выполнять движения без излишних напряжений, овладеть умением расслабления.
- Развивать коммуникативные навыки у обучающихся.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 часов.

Изучение дисциплины необходимо для дальнейшего освоения всех дисциплин образовательной программы.

Для проведения занятий по дисциплине все студенты по результатам медицинского обследования распределяются на три группы (основная, специальная медицинская и группа лечебной физической культуры). Распределение проводится в начале учебного года по результатам диспансеризации с учетом состояния здоровья, физического развития, физической и спортивно-технической подготовленности, интересов студента.

В основную группу зачисляются студенты, отнесенные по результатам медицинского обследования к основной (не имеющие отклонений в состоянии здоровья) и подготовительной (имеющие незначительные отклонения в состоянии здоровья или слабо физически подготовленные) медицинским группам.

Специальная медицинская группа состоит из двух частей: А и Б. В специальную медицинскую группу А зачисляются студенты, отнесенные по данным медицинского обследования в специальную группу, т. е. имеющие определенные отклонения в состоянии здоровья, требующие ограничения физических нагрузок. В группу Б зачисляются студенты, имеющие ярко выраженные, существенные отклонения в состоянии здоровья и тяжелые формы хронических заболеваний, а также студенты-инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья. Студенты этой группы в зависимости от характера заболевания делятся на следующие группы: Б1, Б2, Б3.

Группа Б1 формируется из студентов с заболеваниями органов чувств: с нарушениями зрения и слуха. Группа Б2 состоит из студентов с нарушением опорно-двигательного аппарата, в том числе и передвигающихся на кресле-коляске. Группа Б3 комплектуется из студентов с соматическими заболеваниями

Группа Б1	Группа Б2	Группа Б3
Физическая культура для студентов данных групп включает в себя теоретические и консультативно-методические практические занятия.		
Разработка комплекса упражнений, направленных на развитие компенсаторных двигательных функций.	Разработка комплекса упражнений направленных на развитие компенсаторных сенсорных функций.	Разработка оздоровительного комплекса упражнений в соответствии с нозологической группой.

1.3 Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

В результате обучения по дисциплине и освоения соответствующих компетенций, соотнесенными с планируемыми результатами освоения образовательной программы, студент должен:

Знать:

- содержание и направленность различных систем физических упражнений, их оздоровительную и развивающую эффективность;
- значение ведения здорового образа жизни средствами физической культуры в процессе физкультурно - спортивных занятий;
- научные основы биологии, физиологии для ведения здорового образа жизни;

Уметь:

- учитывать индивидуальные особенности во время регулярных занятий физическими упражнениями;
- составлять индивидуальные комплексы физических упражнений;
- бороться с неуверенностью в себе;
- делать выводы и ставить задачи на будущее;

Демонстрировать владение:

- основными двигательными умениями и навыками;
- способами определения дозировки физической нагрузки и направленности физических упражнений;
- средствами самостоятельного методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья.

Взаимосвязь компетенций с учебным материалом и вопросами промежуточного контроля знаний студентов

Компетенции	Практические занятия	№ вопроса
ОК-8	1-18	1-40

Промежуточный контроль по дисциплине:

- зачет

Результаты освоения дисциплины достигаются за счет использования в процессе обучения активных и интерактивных методов и технологий формирования заданных компетенций у студентов:

– Вовлечения студентов в коллективную деятельность.

Объем дисциплины и виды учебной работы

Виды занятий	Формы обучения	
	Очная	Заочная
Общая трудоемкость	328	324
Лекции (Л)		
Практические занятия (П)	328	
Самостоятельная работа		324
Контроль		4
Курсовая работа ¹	-	-
Контрольная работа ²	-	-
Реферат ³	+	+
Форма контроля	Зачет	зачет

1 Курсовая работа не предусмотрена учебным рабочим планом института по дисциплине.

2 Контрольная работа не предусмотрена учебным рабочим планом института.

3 Подготовка рефератов не предусмотрена учебным рабочим планом института и проводится по усмотрению преподавателя, ведущего занятия.

1.4 Учебно-методическое обеспечение дисциплины

1.4.1 Основная литература

1 Орлова С.В. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие для абитуриентов/ Орлова С.В.— Электрон. текстовые данные.— Иркутск: Иркутский филиал Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодёжи и туризма, 2011.— 154 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/15687>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

1.4.2 Дополнительная литература

1.Лысова И.А. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебное посо-

бие/ Лысова И.А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Московский гуманитарный университет, 2011.— 161 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/8625>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

2. Димова А.Л. Социально-биологические основы физической культуры [Электронный ресурс]: методическое пособие для самостоятельной работы студентов/ Димова А.Л., Чернышева Р.В.— Электрон. текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2005.— 60 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/9880>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

3. Димова А.Л. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов [Электронный ресурс]: методическое пособие для самостоятельной работы студентов/ Димова А.Л., Чернышева Р.В.— Электрон. текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2005.— 60 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/9881>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

4. Кокоулина О.П. Основы теории и методики физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Кокоулина О.П.— Электрон. текстовые данные.— М.: Евразийский открытый институт, 2011.— 144 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/11049>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

5. Бароненко, В.А. Здоровье и физическая культура студента: учебное пособие/ В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт.-2-е изд., перераб. – М.: Альфа-М: ИНФРА-М, 2014. – 335с.

6. Виленский М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: учебное пособие для вузов по дисц. «Физическая культура»/М.Я.Виленский, А.Г. Горшков.-2-е изд., стер. – М.: Кнорус, 2012.- 238с.

1.4.3. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимые для освоения дисциплины (с указанием кодов доступа)

Лицензионные ресурсы:

Электронно-библиотечная система: по паролю. URL: <http://www.iprbookshop.ru/>

Открытые Интернет-источники:

1. Портал о зимних видах спорта – <http://ws-news.ru>
2. Новости спорта – <http://www.WinterLife.ru>
3. Международный рейтинг спортивных, оздоровительных и медийных ресурсов - <http://www.topsport.ru>
4. Национальная информационная сеть СПОРТИВНАЯ РОССИЯ - <http://www.infosport.ru>
5. 3. Сайт Спорт ру - <http://www.sportru.com>
6. 4. Сайт Олимпийского комитета России - <http://www.olympic.ru>
7. 5. Страница Государственного комитета РФ по физической культуре, спорту и туризму -<http://www.infosport.ru/minsport/>

8. 6. Страница Государственного комитета РФ по физической культуре, спорту и туризму -<http://www.government.ru/committees/gkfkct.htm>
9. Страница Комитета Государственной Думы РФ по охране здоровья и спорту <http://www.akdi.ru/gd/progr/sport.htm>
10. Новости науки: научные открытия, достижения науки, открытия ученых. www.science.yoread.ru
11. Библиотека информации по физической культуре и спорту <http://lib.sportedu.ru>
12. Нормы ГТО <http://www.gto-normy.ru/>

1.5.4. Программное обеспечение и информационные справочные системы (информационные технологии), используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

1. Операционная система Windows
2. Офисный пакет программ Microsoft Office, включающий текстовый редактор Microsoft Word, электронную таблицу Microsoft Excel, программу для подготовки презентаций Microsoft PowerPoint и др.
3. Доступ в Интернет
4. Справочная правовая система «Гарант»

1.4.5. Особенности учебно-методического обеспечения для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Студенты с ограниченными возможностями здоровья, в отличие от остальных студентов, имеют свои специфические особенности восприятия, переработки материала. Подбор и разработка учебных материалов для таких студентов производится с учетом того, чтобы предоставлять этот материал в различных формах так, чтобы инвалиды с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения - аудиально. Предусмотрено в случае необходимости создание текстовой версии любого нетекстового контента для его возможного преобразования в альтернативные формы, удобные для различных пользователей, альтернативную версию медиаконтентов, предусмотрена возможность масштабирования текста и изображений без потери качества, предусмотрена доступность управления контентом с клавиатуры.