

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Попов Анатолий Николаевич  
Должность: директор  
Дата подписания: 18.05.2021 09:30:55  
Уникальный программный ключ:  
1e0c38dcc0aee73cee1e5c09c1d5873fc7497bc8

**МИНИСТЕРСТВО ТРАНСПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОГО ТРАНСПОРТА**  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО  
ОБРАЗОВАНИЯ  
**САМАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПУТЕЙ СООБЩЕНИЯ**

## **Элективные курсы по физической культуре и спорту (для медицинской группы) рабочая программа дисциплины (модуля)<sup>1</sup>**

Закреплена за кафедрой **Общеобразовательные дисциплины**

Учебный план 38.03.02-20-1234-МнЛб-ОрИПС.plz.plx.  
Направление подготовки 38.03.02 Менеджмент, Логистика

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **заочная**

Общая трудоемкость **9 ЗЕТ**

### **Распределение часов дисциплины по курсам**

| Вид занятий                            | Итого |      |      |      |      |      |
|--|-------|------|------|------|------|------|
|  | уп    | рп   | уп   | рп   | уп   | рп   |
| Лекции                                 | 2     | 2    | 2    | 2    | 2    | 2    |
| Практические                           |       |      |      |      |      |      |
| Контактные часы на аттестацию (КА, КЭ) | 6.75  | 6.75 | 6.75 | 6.75 | 6.75 | 6.75 |
| Контроль                               | 2.25  | 2.25 | 2.25 | 2.25 | 2.25 | 2.25 |
| Итогоауд.                              | 6     | 6    | 6    | 6    | 6    | 6    |
| Контактная работа                      | 6.75  | 6.75 | 6.75 | 6.75 | 6.75 | 6.75 |
| Сам. работа                            | 319   | 319  | 319  | 319  | 319  | 319  |
| Итого                                  | 328   | 328  | 328  | 328  | 328  | 328  |

Программу составил(и):  
к.п.н., ЯрцевА.А.

**Оренбург**

<sup>1</sup> Рабочая программа подлежит ежегодной актуализации в составе основной профессиональной образовательной программы (ОПОП). Сведения об актуализации ОПОП вносятся в лист актуализации ОПОП.

| 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) |   |
|--------------------------------------|---|
| 1.1                                  | Целью является формирование компетенций, указанных в п. 1.2. в части представленных в п. 1.3. результатов обучения (знаний, умений, навыков)  |
| 1.2                                  | Задачи дисциплины для студента: достижение общей физической подготовленности, формирование физической культуры личности, т.е. потребности и способности методически обоснованно и целенаправленно использовать средства физической культуры для обеспечения профессиональной психофизической надежности, что позволит выпускнику успешно работать в избранной сфере деятельности, а также обладать универсальными и специализированными компетенциями, необходимыми для самоутверждения, социальной мобильности и устойчивости на рынке труда |
| 1.3                                  | При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа дисциплины (модуля).  |

| 2. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)  |   |
|---|---|
| <b>ОК-7: способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</b> |   |
| <b>Знать:</b>   |   |
| Уровень 1   | Основные положения о методах и средствах физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности   |
| Уровень 2   | Основные положения о методах и средствах физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности   |
| Уровень 3   | Основные положения о методах и средствах физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности   |
| <b>Уметь:</b>   |   |
| Уровень 1   | Собирать Информацию о методах и средствах физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности  |
| Уровень 2   | Систематизировать и обобщать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности   |
| Уровень 3   | Анализировать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.   |
| <b>Владеть:</b>   |   |
| Уровень 1   | методикой применения средств физической культуры и отдельных видов спорта для обеспечения психофизической надежности бакалавра и специалиста при выполнении профессиональных видов работ (ППФП) |
| Уровень 2   | необходимыми психофизическими предпосылками для возможной внутривидовой и межпрофессиональной перемены труда в будущем  |
| Уровень 3   | методикой проектирования и моделирования пространства профессиональной деятельности, с учетом профессионально значимых психофизических качеств и динамикой профзаболеваний                      |

| 3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) |  |                |       |            |
|---|--|----------------|-------|------------|
| Код занятия                                   | Наименование разделов и тем /вид занятия/  | Семестр / Курс | Часов | В форме ПП |
|   | <b>Раздел 1.</b>   |                |       |            |
| 1.1   | Особенности разнообразных видов спорта волейбол, футбол, баскетбол в контексте физической культуры. Лекция | 1              | 2     | 0          |
| 1.2   | Структура физической культуры и ее характеристика в силовых видах спорта.                                  | 1              | 2     | 0          |
|   | <b>Раздел2.</b>  |                |       |            |
| 2.1   | Футбол, социально-культурное наследие. Лекция  | 2              | 2     | 0          |
| 2.2   | Спортивная гимнастика как спортивная дисциплина. Лекция  | 2              | 2     | 0          |
|   | <b>Раздел3.</b>  |                |       |            |

|     |  |       |      |   |
|-----|--|-------|------|---|
| 3.1 | Волейбол методика воспитания быстроты и ловкости классическими и игровыми формами. Лекция  | 3     | 2    | 0 |
| 3.2 | Особенности методики воспитания силовых способностей: с собственным весом тела, с отягощениями, с устройствами общего типа. Лекция | 3     | 2    | 0 |
| 3.3 | Легкая атлетика (спортивная дисциплина кросс). Лекция  | 3     | 2    | 0 |
| 4.1 | Самостоятельная работа   | 3     | 319  | 0 |
| 4.2 | Зачет по дисциплине  | 1,2,3 | 2.25 | 0 |

#### 4. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации обучающихся приведены в приложении к рабочей программе дисциплины.

Формы и виды текущего контроля по дисциплине (модулю), виды заданий, критерии их оценивания, распределение баллов по видам текущего контроля разрабатываются преподавателем дисциплины с учетом ее специфики и доводятся до сведения обучающихся на первом учебном занятии.

Текущий контроль успеваемости осуществляется преподавателем дисциплины (модуля), как правило, с использованием ЭИОС или путем проверки письменных работ, предусмотренных рабочими программами дисциплин в рамках контактной работы и самостоятельной работы обучающихся. Для фиксирования результатов текущего контроля может использоваться ЭИОС.

#### 5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

##### 5.1. Рекомендуемая литература

##### 5.1.1. Основная литература

|      | Авторы, составители | Заглавие   | Издательство, год   | Кол-во                   | Эл. адрес   |
|------|---------------------|--|---------------------|--------------------------|---|
| Л1.1 | Бегидова Т. П.      | Основы адаптивной физической культуры: учебное пособие для вузов | Москва: Юрайт, 2020 | 1<br>Электронное издание | <a href="http://biblionline.ru/code/454085">http://biblionline.ru/code/454085</a> |
| Л1.2 | Филиппов С. С.      | Менеджмент физической культуры и спорта: учебник для вузов       | Москва: Юрайт, 2020 | 1<br>Электронное издание | <a href="http://biblionline.ru/code/448324">http://biblionline.ru/code/448324</a> |
| Л1.3 | Муллер А.Б.         | Физическая культура: учебник и практикум для вузов               | Москва: Юрайт, 2020 | 1<br>Электронное издание | <a href="http://biblionline.ru/code/449973">http://biblionline.ru/code/449973</a> |

##### 5.1.2. Дополнительная литература

|      | Авторы, составители | Заглавие   | Издательство, год   | Кол-во                   | Эл. адрес   |
|------|---------------------|--|---------------------|--------------------------|---|
| Л2.1 | Письменский И. А.   | Физическая культура: учебник для вузов               | Москва: Юрайт, 2020 | 1<br>Электронное издание | <a href="http://biblionline.ru/code/467588">http://biblionline.ru/code/467588</a> |
| Л2.2 | Стриханов М. Н.     | Физическая культура и спорт в вузах: учебное пособие | Москва: Юрайт, 2020 | 1<br>Электронное издание | <a href="http://biblionline.ru/code/454861">http://biblionline.ru/code/454861</a> |

##### 5.2 Информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю)

##### 5.2.1 Перечень лицензионного программного обеспечения

|         |   |
|---------|---|
| 5.3.1.1 | Microsoft Office 2010 Professional Plus (Пакет программ Word, Excel, Access, PowerPoint, Outlook, OneNote, Publisher) |
| 5.3.1.2 | Microsoft Office 2007 Professional (Пакет программ Word, Excel, Access, PowerPoint, Outlook, OneNote, Publisher)      |

|  |   |
|--|---|
| 5.3.1.3  | Microsoft Windows 10 Professional 64-bit Russian DSP OEI                                  |
| 5.3.1.4  | Microsoft Windows 7/8.1 Professional  |
| 5.3.1.5  | Сервисы ЭИОС ОрИПС  |
| 5.3.1.6  | AutoCAD   |
| 5.3.1.7  | WinMashine 2010" (v 10.1),  |
| 5.3.1.8  | КОМПАС-3D   |
| <b>5.2.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем</b> |   |
| 5.3.2.1  | СПС «Консультант Плюс»  |
| 5.3.2.2  | Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU  |
| 5.3.2.3  | ЭБС Учебно-методического центра по образованию на железнодорожном транспорте (ЭБ УМЦ ЖДТ) |
| 5.3.2.4  | ЭБС издательства "Лань"   |
| 5.3.2.5  | ЭБС BOOK.RU   |
| 5.3.2.6  | ЭБС «Юрайт»   |

| <b>6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b> |  |
|---|--|
| 6.1   | Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, укомплектованные специализированной мебелью и техническими средствами обучения: мультимедийное оборудование для предоставления учебной информации большой аудитории и/или звукоусиливающее оборудование (стационарное или переносное).                            |
| 6.2   | Учебные аудитории для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованные специализированной мебелью и техническими средствами обучения: мультимедийное оборудование и/или звукоусиливающее оборудование (стационарное или переносное). |
| 6.3   | Помещения для самостоятельной работы, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.   |
| 6.4   | Помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования.   |