

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Чайковский филиал
федерального государственного автономного образовательного учреждения
высшего образования
**Пермский национальный исследовательский
политехнический университет**



УТВЕРЖДАЮ

Директор ЧФ ПНИПУ

Н. М. Куликов

2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина: **Прикладная физическая культура – элективные модули дисциплины по видам спорта**

(наименование)

Форма обучения: **очно-заочная**

(очная/очно-заочная/заочная)

Уровень высшего образования: **бакалавриат**

(бакалавриат/специалитет/магистратура)

Общая трудоёмкость: **328 (6)**

(часы (ЗЕ))

Направление подготовки: **38.03.01 Экономика**

(код и наименование направления)

Направленность: **Экономика предприятий и организаций**

(наименование образовательной программы)

1. Общие положения

1.1. Цели и задачи дисциплины

- формирование у студентов представления о предмете, структуре, функциях социологии; содержании основных этапов их развития; содержании основных фундаментальных социологических теорий; социальной организации общества, месте человека в социальном пространстве, тенденциях, закономерностях и особенностях развития современного российского социума, проблемах, связанных с областью будущей профессиональной деятельности.
- знание основных теоретических и методологических проблем социологии;
- освоение важнейших понятий современной социологии для описания и анализа структуры и динамики общества;
- знание закономерностей социальных процессов, функций социальных институтов и значения социальных норм в жизнедеятельности общества;
- овладение навыками социального взаимодействия в поликультурной и полиэтнической среде на основе принятых в обществе моральных и правовых норм, толерантного восприятия социальных и культурных различий.
- формирование дисциплинарных частей универсальных компетенций УК-7:
УК-7 – Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

1.2. Изучаемые объекты дисциплины

- классические теории социологии;
- современные подходы и тенденции в науке, перспективы развития современных социальных институтов и процессов;
- возможности и способы изучения, и конкретные методики социологического исследования различных социальных явлений;
- социальные аспекты профессиональной деятельности;
- развитие человека как личности и как работника;
- социальные явления сквозь призму изучения личности.

1.3. Входные требования

Не предусмотрены

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Планируемые результаты обучения по дисциплине (знать, уметь, владеть)	Индикатор достижения компетенции, с которым соотнесены планируемые результаты обучения	Средства оценки
Знать уровень требований и принципы оценки уровня физической подготовленности для социальной и профессиональной работы; пути и методы повышения уровня физического развития человека.	ИД-1 ук-7. Знает уровень требований и принципы оценки уровня физической подготовленности для социальной и профессиональной работы; пути и методы повышения уровня физического развития человека.	фронтальный опрос на ПЗ по теме предыдущей лекции; собеседование; теоретические и практические задания к дифференцированному зачету
Уметь проводить оценку уровня физической подготовленности для последующей профессиональной деятельности; контролировать состояние своего физического развития и управлять этим состоянием.	ИД-2 ук-7. Умеет проводить оценку уровня физической подготовленности для последующей профессиональной деятельности; контролировать состояние своего физического развития и управлять этим состоянием.	фронтальный опрос на ПЗ по теме предыдущей лекции; собеседование; теоретические и практические задания к дифференцированному зачету
Владеть навыками оценки, контроля	ИД-3 ук-7. Владеет навыками	фронтальный опрос на

и управления состоянием физического развития; определения достаточного (комфортного) состояния для полноценной социальной и профессиональной деятельности.	оценки, контроля и управления состоянием физического развития; определения достаточного (комфортного) состояния для полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ПЗ по теме предыдущей лекции; собеседование; теоретические и практические задания к дифференцированному зачету
--	---	--

3. Объем и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах					
		Номер семестра					
		1	2	3	4	5	6
1. Проведение учебных занятий (включая проведение текущего контроля успеваемости) в форме:	328	36	72	36	72	56	56
1.1. Контактная аудиторная работа, из них:							
- лекции	-	-	-	-	-	-	-
- лабораторные	-	-	-	-	-	-	-
- практические занятия, семинары и (или) другие виды занятий семинарского типа (ПЗ)	316	34	70	34	70	54	54
- контроль самостоятельной работы (КСР)	-	-	-	-	-	-	-
- контрольная работа	-	-	-	-	-	-	-
1.2. Самостоятельная работа студентов (СРС)	-	-	-	-	-	-	-
2. Промежуточная аттестация/контактная работа	12/12	2/2	2/2	2/2	2/2	2/2	2/2
Экзамен	-	-	-	-	-	-	-
Дифференцированный зачет	-	-	-	-	-	-	-
Зачет/контактная работа	12/12	2/2	2/2	2/2	2/2	2/2	2/2
Курсовой проект (КП)	-	-	-	-	-	-	-
Курсовая работа (КР)	-	-	-	-	-	-	-
Общая трудоемкость дисциплины	328	36	72	36	72	56	56

4. Содержание дисциплины

Наименование разделов дисциплины с кратким содержанием	Объем аудиторных за- нятий по видам в часах			Объем внеау- диторных за- нятий по видам в часах
	Л	ЛР	ПЗ	
1 семестр				
Раздел 1. Общефизическая подготовка бакалавра	-	-	16	-
Тема 1. Методы оценки и развития общей выно- сливости	-	-	4	-
Тема 2. Методы оценки и развития скоростных способностей	-	-	4	-
Тема 3. Методы оценки и развития силовых спо- собностей	-	-	4	-
Тема 4. Методы оценки и развития гибкости	-	-	4	-
Раздел 2. Занятия по видам спорта	-	-	12	-
Тема 1. Специальная физическая подготовка	-	-	4	-
Тема 2. Обучение технике	-	-	4	-

Наименование разделов дисциплины с кратким содержанием	Объем аудиторных за- нятий по видам в часах			Объем внеау- диторных за- нятий по видам в часах
Тема 3. Обучение тактике	-	-	2	-
Тема 4. Соревновательная практика	-	-	2	-
<i>Раздел 3. Профессионально-прикладная физическая подготовка бакалавра</i>	-	-	6	-
Тема 1. Методы оценки и развития профессиональ- но-прикладных физических качеств	-	-	4	-
Тема 2. Психофизическая подготовка бакалавра к условиям профессиональной деятельности	-	-	2	-
ИТОГО по 1 семестру	-	-	34	-
2 семестр				
<i>Раздел 1. Общефизическая подготовка бакалавра</i>	-	-	32	-
Тема 1. Развитие силовых способностей	-	-	8	-
Тема 2. Развитие гибкости	-	-	8	-
Тема 3. Развитие скоростных способностей	-	-	8	-
Тема 4. Развитие общей выносливости	-	-	8	-
<i>Раздел 2. Занятия по видам спорта</i>	-	-	24	-
Тема 1. Специальная физическая подготовка	-	-	6	-
Тема 2. Обучение технике	-	-	6	-
Тема 3. Обучение тактике	-	-	6	-
Тема 4. Подготовка и проведение соревнований	-	-	6	-
<i>Раздел 3. Профессионально-прикладная физическая подготовка бакалавра</i>	-	-	14	-
Тема 1. Методы оценки и развития профессиональ- но-прикладных физических качеств	-	-	8	-
Тема 2. Психофизическая подготовка бакалавра к условиям профессиональной деятельности	-	-	6	-
ИТОГО по 2 семестру	-	-	70	-
3 семестр				
<i>Раздел 1. Общефизическая подготовка бакалавра</i>	-	-	16	-
Тема 1. Развитие силовых способностей	-	-	4	-
Тема 2. Развитие гибкости	-	-	4	-
Тема 3. Развитие скоростных способностей	-	-	4	-
Тема 4. Развитие общей выносливости	-	-	4	-
<i>Раздел 2. Занятия по видам спорта</i>	-	-	10	-
Тема 1. Специальная физическая подготовка	-	-	2	-
Тема 2. Обучение технике	-	-	2	-
Тема 3. Обучение тактике	-	-	2	-
Тема 4. Подготовка и проведение соревнований	-	-	2	-
Тема 5. Судейская практика	-	-	2	-
<i>Раздел 3. Профессионально-прикладная физическая подготовка бакалавра</i>	-	-	8	-
Тема 1. Методы оценки и развития профессиональ- но-прикладных физических качеств	-	-	4	-
Тема 2. Психофизическая подготовка бакалавра к условиям профессиональной деятельности	-	-	4	-
ИТОГО по 3 семестру	-	-	34	-
4 семестр				
<i>Раздел 1. Общефизическая подготовка бакалавра</i>	-	-	32	-
Тема 1. Развитие силовых способностей	-	-	8	-
Тема 2. Развитие гибкости	-	-	8	-

Наименование разделов дисциплины с кратким содержанием	Объем аудиторных за- нятий по видам в часах			Объем внеау- диторных за- нятий по видам в часах
Тема 3. Развитие скоростных способностей	-	-	8	-
Тема 4. Развитие общей выносливости	-	-	8	-
<i>Раздел 2. Занятия по видам спорта</i>	-	-	24	-
Тема 1. Специальная физическая подготовка	-	-	6	-
Тема 2. Обучение технике	-	-	6	-
Тема 3. Обучение тактике	-	-	6	-
Тема 4. Подготовка и проведение соревнований	-	-	4	-
Тема 5. Судейская практика	-	-	2	-
<i>Раздел 3. Профессионально-прикладная физическая подготовка бакалавра</i>	-	-	14	-
Тема 1. Методы оценки и развития профессиональ- но-прикладных физических качеств	-	-	8	-
Тема 2. Психофизическая подготовка бакалавра к условиям профессиональной деятельности	-	-	6	-
ИТОГО по 4 семестру	-	-	70	-
5 семестр				
<i>Раздел 1. Общефизическая подготовка бакалавра</i>	-	-	24	-
Тема 1. Развитие силовых способностей	-	-	6	-
Тема 2. Развитие гибкости	-	-	6	-
Тема 3. Развитие скоростных способностей	-	-	6	-
Тема 4. Развитие общей выносливости	-	-	6	-
<i>Раздел 2. Занятия по видам спорта</i>	-	-	24	-
Тема 1. Специальная физическая подготовка	-	-	8	-
Тема 2. Обучение технике	-	-	8	-
Тема 3. Обучение тактике	-	-	8	-
<i>Раздел 3. Профессионально-прикладная физическая подготовка бакалавра</i>	-	-	6	-
Тема 1. Методы оценки и развития профессиональ- но-прикладных физических качеств	-	-	4	-
Тема 2. Психофизическая подготовка бакалавра к условиям профессиональной деятельности	-	-	2	-
ИТОГО по 5 семестру	-	-	54	-
6 семестр				
<i>Раздел 1. Общефизическая подготовка бакалавра</i>	-	-	24	-
Тема 1. Развитие силовых способностей	-	-	6	-
Тема 2. Развитие гибкости	-	-	6	-
Тема 3. Развитие скоростных способностей	-	-	6	-
Тема 4. Развитие общей выносливости	-	-	6	-
<i>Раздел 2. Занятия по видам спорта</i>	-	-	24	-
Тема 1. Специальная физическая подготовка	-	-	8	-
Тема 2. Обучение технике	-	-	8	-
Тема 3. Обучение тактике	-	-	8	-
<i>Раздел 3. Профессионально-прикладная физическая подготовка бакалавра</i>	-	-	6	-
Тема 1. Методы оценки и развития профессиональ- но-прикладных физических качеств	-	-	4	-
Тема 2. Психофизическая подготовка бакалавра к условиям профессиональной деятельности	-	-	2	-
ИТОГО по 6 семестру	-	-	54	-
ИТОГО по дисциплине	-	-	316	-

Тематика примерных практических занятий

№ п.п.	Наименование темы практического (семинарского) занятия
1	Развитие силовых способностей
2	Развитие гибкости
3	Развитие скоростных способностей
4	Развитие общей выносливости
5	Специальная физическая подготовка
6	Обучение технике
7	Обучение тактике
8	Подготовка и проведение соревнований
9	Методы оценки и развития профессионально-прикладных физических качеств
10	Психофизическая подготовка бакалавра к условиям профессиональной деятельности

Тематика примерных лабораторных занятий

№ п.п.	Наименование темы практического (семинарского) занятия
	Не предусмотрены

5. Организационно-педагогические условия

5.1. Образовательные технологии, используемые для формирования компетенций

Практические занятия проводятся на основе интерактивного метода обучения, при котором обучающиеся взаимодействуют не только с преподавателем, но и друг с другом. При этом доминирует активность учащихся в процессе обучения. Место преподавателя в интерактивных занятиях сводится к направлению деятельности обучающихся на достижение целей занятия: определяются проблемные области, формируются группы. При проведении практических занятий преследуются следующие цели: отработка у обучающихся навыков взаимодействия в составе коллектива; закрепление основ теоретических знаний

5.2. Методические указания для обучающихся по изучению дисциплины

При изучении дисциплины «Прикладная физическая культура – элективные модули дисциплины по видам спорта», студентам целесообразно выполнять следующие рекомендации:

1. Приступая к изучению данной дисциплины, необходимо повторить основные положения предыдущей дисциплины: «Физическая культура и спорт».
2. Изучение дисциплины должно вестись систематически на основе предыдущих занятий.
3. После изучения какого-либо раздела рекомендуется использовать полученные знания, умения и навыки при изучении следующих разделов.

Содержание программы по дисциплине «Прикладная физическая культура – элективные модули по видам спорта» разработано на основе базового компонента «Физическая культура», ориентированного на формирование основ физической культуры личности.

Вариативный компонент опирается на базовый, дополняет его, учитывая региональные условия и традиции развития физической культуры, и включает следующие модули по видам спорта: - баскетбол.

Практические занятия – обеспечивают овладение методами и способами физкультурно-спортивной деятельности для достижения учебных, профессиональных и жизненных целей личности, приобретение опыта творческой, практической деятельности, развитие самостоятельности в физической культуре и спорте в целях повышения уровня

6. Перечень учебно-методического и информационного обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

6.1. Учебно-методическая литература

№ п/п	Библиографическое описание (автор, заглавие, вид издания, место, издательство, год издания, количество страниц)	Количество экземпляров в библиоте- ке
1. Основная литература		
1	Виленский, М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента : учебное пособие / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. – 3-е изд., стер. – М.: КНОРУС, 2013. – 240с.	4
2	Физическая культура: учебник для вузов / А.Б. Муллер, Н.С. Дядичкина, Ю.А. Богащенко, А.Ю. Близневский., С.К. Рябинина. – М.: Издательство Юрайт, 2013. – 424с.	3
3	Бишаева А.А. Физическая культура: учебник / А.А. Бишаева, В.В. Малков. – М.: КНОРУС, 2016. – 312с.	5
4	Кадыров Р.М. Теория и методика физической культуры: учебное пособие / Р.М. Кадыров, Д.В. Морщанина. – М.: КНОРУС, 2016. – 132с	5
5	Горшков, А.Г. Элективные курсы по физической культуре и спорту: учебник / А.Г. Горшков, А.Л. Волобуев, М.В. Еремин. – Москва КНОРУС, 2021. – 318с	2
2. Дополнительная литература		
2.1. Учебные и научные издания		
1	Физическое воспитание студентов: учебное пособие / Л.С. Дворкин, К.Д. Чермит, О.Ю. Давыдов; под общ. ред. Л.С. Дворкина. – Ростов на /Д.: Феникс, Краснодар: Неоглори, 2008. – 700с.	3
2	Евсеев, Ю.И. Физическая культура / Ю.И. Евсеев. – 5-е изд. – Ростов на /Д.: Феникс, 2008. – 378с.	10
3	Физическая культура: учебник / коллектив авторов; под ред. М.Я. Виленского. – 3-е изд., стер. – М.: КНОРУС, 2016. – 424с.	2
4	Стриханов, М.Н. Физическая культура и спорт в вузах : учебное пособие / М.Н. Стриханов, В.И. Савинков. – 2-е изд. – Москва : Изд-во Юрайт, 2022. – 160с. – (Высшее образование). – Текст: непосредственный	2
2.2. Нормативно-технические издания		
1	Федеральный закон от 04.12.2007 №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»	Консультант плюс
3. Методические указания для студентов по освоению дисциплины		
1	Куликов, Н.М. Прикладная физическая культура- элективные модули дисциплины по видам спорта: методические указания Э Н.М. Куликов. – Пермь: Изд-во ПНИПУ, 2023. – 56с.	20
4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента		
	не используется	

6.2. Электронная учебно-методическая литература

Вид литературы	Наименование разработки	Ссылка на информаци- онный ресурс	Доступность ЭБС (сеть Интернет / локальная сеть; авторизованный /
----------------	----------------------------	--------------------------------------	--

			свободный доступ)
дополнительная литература	Паначев, В.Д. Социально-биологические основы физической культуры и спорта: учебное пособие/ В.Д. Паначев, А.С. Сырчиков. – Пермь: Изд-во ПГТУ, 2010. – 163с. //	Постоянная ссылка: http://elib.pstu.ru/view.php?fDocumentId=2310	авторизованный / свободный доступ) ЭБ
дополнительная литература	Физическая подготовка студентов в техническом вузе : учебное пособие / Д. А. Лобачев, И. Г. Аракелян, В. В. Калянов [и др.]. — Самара : Самарский государственный технический университет, ЭБС АСВ, 2018. — 63 с. . — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный	Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: http://www.iprbookshop.ru/91806.html	авторизованный свободный доступ ЭБС
Дополнительная литература	Кизько, А. П. Физическая культура. Теоретический курс : учебное пособие / А. П. Кизько, Л. Г. Забелина, Е. А. Кизько. — Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2016. — 128 с. — ISBN 978-5-7782-2984-6. — Текст : электронный //	Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: http://www.iprbookshop.ru/91575.html	авторизованный свободный доступ ЭБС

6.3. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

Вид ПО	Наименование ПО
Не предусмотрено	

6.4. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, используемое при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

Наименование	Ссылка на информационный ресурс
Научная библиотека Пермского национального исследовательского политехнического университета	http://lib.pstu.ru/
Электронно-библиотечная система IPRbooks	http://www.iprbookshop.ru/
Электронно-библиотечная система Лань	https://e.lanbook.com/

7. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине

Вид занятий	Наименование необходимого основного оборудования	Количество единиц
-------------	--	-------------------

Практические занятия	сетка волейбольная	1
	щит баскетбольный	2
	мяч баскетбольный	12
	мяч волейбольный	12
	инвентарь для силовой подготовки: перекладина	1
	шведская стенка	2
	ворота для мини-футбола	2
	мяч футбольный	6
	мячи для силовых упражнений	9
	обручи	13
	коврик туристический	20
	скамейка	8
	мяч фитбол	2
	степ-платформа	3
	гантели (3,2,1 кг)	14
	блин атлетический (5кг)	1
	резиновый эспандер	7
	скакалки	28
	тренажер беговая дорожка	1
	тренажер эллиптический	1
	табло	1

8. Фонд оценочных средств дисциплины

Описан в отдельном документе