

**МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

**«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**ИНСТИТУТ АГРОИНЖЕНЕРИИ ФГБОУ ВО ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГАУ**

Кафедра «Социально-гуманитарные дисциплины и русский язык как иностранный»

Аннотация рабочей программы дисциплины

**Б1.Б.15 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ**  
(для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья)

Направление подготовки **38.03.02 Менеджмент**

Профиль **Производственный менеджмент**

Уровень высшего образования – **бакалавриат (прикладной)**  
Квалификация – **бакалавр**

Форма обучения – **очно-заочная**

Челябинск  
2020

# 1. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП

## 1.1. Цель и задачи дисциплины

Бакалавр по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент должен быть подготовлен к следующим видам профессиональной деятельности: организационно-управленческой.

**Цель дисциплины** – формирование мировоззрения и культуры личности, обладающей гражданской позицией, нравственными качествами, чувством ответственности, самостоятельностью в принятии решения, инициативой, толерантностью, способностью успешной социализации в обществе, способностью использовать доступные формы физической культуры в повседневной жизни для сохранения и укрепления своего здоровья и здоровья своих близких, семьи и трудового коллектива для качественной жизни и эффективной профессиональной деятельности.

### **Задачи дисциплины:**

- обеспечение понимания роли физической культуры в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- формирование у студентов мотивационно-ценностного отношения к здоровью, системы нравственных ценностей здорового образа жизни и активной жизненной позиции, исключая саморазрушающее поведение;
- изучение современных здоровьесберегающих технологий и формирование навыков их применения в собственной жизнедеятельности;
- овладение системой специальных знаний, практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, формирование компенсаторных процессов, коррекцию имеющихся отклонений в состоянии здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, формирование профессионально значимых качеств и свойств личности;
- адаптация организма к воздействию умственных и физических нагрузок, а также расширение функциональных возможностей физиологических систем, повышение сопротивляемости защитных сил организма;
- получение знаний и практических навыков самоконтроля при наличии нагрузок различного характера, правилам личной гигиены, рационального режима труда и отдыха;
- получение навыков работы на аппаратно-программных средствах и диагностическом оборудовании, позволяющих определять индивидуальные психофизиологические особенности человеческого организма, позволяющие снижать утомляемость в процессе профессиональной деятельности и повышать качество ее результатов;
- изучение различных стратегий, а также социальных, медицинских, педагогических, психологических и информационных технологий первичной, вторичной, третичной профилактики нарушения здоровья человека;
- формирование и развитие мотивации к участию в волонтерском студенческом движении в области пропаганды здорового образа жизни, а также предупреждения отклоняющегося поведения.

## 1.2. Планируемые результаты обучения по дисциплине (показатели сформированности компетенций)

| Планируемые результаты освоения ОПОП компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине |                           |                             |
|--|---|---------------------------|-----------------------------|
|  | знания  | умения                    | навыки                      |
| ОК-7<br>способность                              | Обучающийся должен знать:                     | Обучающийся должен уметь: | Обучающийся должен владеть: |

|   |   |   |  |
|---|---|---|--|
| использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | <ul style="list-style-type: none"> <li>- ценности физической культуры; значение физической культуры в жизнедеятельности человека; культурное, историческое наследие в области физической культуры ;</li> <li>- факторы, определяющие здоровье человека, понятие здорового образа жизни и его составляющие;</li> <li>- принципы и закономерности воспитания и совершенствования физических качеств;</li> <li>- способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;</li> <li>- методические основы физического воспитания, основы самосовершенствования физических качеств и свойств личности; основные требования к уровню его психофизической подготовки к конкретной профессиональной деятельности; влияние условий и характера труда специалиста на выбор содержания производственной физической культуры, направленного на повышение производительности труда - (Б1.Б.15-3.1)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценить современное состояние физической культуры и спорта в мире;</li> <li>- придерживаться здорового образа жизни;</li> <li>- самостоятельно поддерживать и развивать физические качества в процессе прикладных физических упражнений для адаптации организма к различным условиям труда и специфическим воздействиям внешней среды - (Б1.Б.15-У.1)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- различными современными понятиями в области физической культуры;</li> <li>- методиками и методами самодиагностики, самооценки, средствами оздоровления для самокоррекции здоровья различными формами допустимой двигательной деятельности, удовлетворяющими потребности человека в рациональном использовании свободного времени;</li> <li>- методами самостоятельного выбора системы физических упражнений для укрепления здоровья; здоровье сберегающими технологиями; средствами и методами воспитания прикладных физических (выносливость, быстрота, сила, гибкость и ловкость) и психических (смелость, решительность, настойчивость, самообладание, и т.п) качеств. Необходимых для успешного и эффективного выполнения определенных трудовых действий - (Б1.Б.15-Н.1)</li> </ul> |
|---|---|---|--|

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Физическая культура и спорт» (для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья) относится к базовой части Блока 1 (Б1.Б.15) основной профессиональной образовательной программы прикладного бакалавриата по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент, профиль – Производственный менеджмент.

Настоящая рабочая программа по учебной дисциплине «Физическая культура и спорт» (для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья) составлена с учетом следующих основополагающих законодательных, инструктивных и программных документов, определяющих основную направленность, объем и содержание учебных занятий по физической культуре в высшей школе:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 06.03.2019) «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный Закон от 21.11.2011 г. № 323-ФЗ (ред. от 06.03.2019) «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»;
- Федеральный Закон от 24.11.1995 г. № 181-ФЗ (ред. от 29.07.2018) «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»;
- Федеральный Закон от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ (ред. от 27.12.2018) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- «Об утверждении стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2020 г.» (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 07.08.2009 г. № 1101-р);
- Приказ Министерства образования Российской Федерации, Министерства здравоохранения Российской Федерации, Государственного комитета Российской Федерации по физической культуре и спорту, Российской академии образования от 16.07.2002 г. № 2715/227/166/19 «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации»;
- Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 20.08.2001 г. N 337 «О мерах по дальнейшему развитию и совершенствованию спортивной медицины и лечебной физкультуры»;
- Письмо Министерства образования Российской Федерации от 31.10.2003 г. N 13-51-263/123 «Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой»;
- Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 30.12.2003 г. N 621 «О комплексной оценке состояния здоровья детей»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.05.2012 г. № МД-583/19 «О методических рекомендациях «Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья», разработанных НИИ гигиены и охраны здоровья детей ФГБУ «Научный центр здоровья детей» РАМН»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации, Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО от 18.03.2014 г. N 06-281 «О направлении требований»

**Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с обеспечивающими (предшествующими) и обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами**

| № п/п  | Наименование обеспечивающих (предшествующих) и обеспечиваемых (последующих) дисциплин, практик | Формируемые компетенции |
|--|--|-------------------------|
|  |  | Теоретический раздел    |
| Предшествующие дисциплины отсутствуют              |  |                         |
| Последующие дисциплины в учебном плане отсутствуют |  |                         |

**3. Объем дисциплины и виды учебной работы**

Объем дисциплины составляет 2 зачетных единицы (ЗЕТ), 72 академических часа (далее часов). Дисциплина изучается в 1 семестре.

### 3.1. Распределение объема дисциплины по видам учебной работы

| Вид учебной работы                             | Количество часов |
|--|------------------|
| <b>Контактная работа (всего)</b>               | <b>16</b>        |
| В том числе:                                   |                  |
| Лекции (Л)                                     | 16               |
| Практические (ПЗ)                              | -                |
| Лабораторные занятия (ЛЗ)                      | -                |
| <b>Самостоятельная работа обучающихся (СР)</b> | <b>56</b>        |
| Контроль                                       | -                |
| <b>Итого</b>                                   | <b>72</b>        |

### 3.2. Распределение учебного времени по разделам и темам

| № темы                      | Наименование раздела и темы  | Всего часов | в том числе       |    |    |    |          |
|-----------------------------|--|-------------|-------------------|----|----|----|----------|
|                             |  |             | контактная работа |    |    | СР | контроль |
|                             |  |             | Л                 | ЛЗ | ПЗ |    |          |
| 1                           | 2  | 3           | 4                 | 5  | 6  | 7  | 8        |
| <b>Теоретический раздел</b> |  |             |                   |    |    |    |          |
| 1.                          | Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся   | 4           | 1                 | -  | -  | 4  | x        |
| 2.                          | Здоровье человека, здоровый образ жизни  | 4           | 1                 | -  | -  | 4  | x        |
| 3.                          | Психофизиологические (биологические) основы здоровья   | 4           | 1                 | -  | -  | 4  | x        |
| 4.                          | Основы здорового образа жизни обучающихся.   | 4           | 1                 | -  | -  | 4  | x        |
| 5.                          | Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности | 4           | 1                 | -  | -  | 4  | x        |
| 6.                          | Диагностика и самодиагностика состояния организма человека.  | 6           | 1                 | -  | -  | 5  | x        |
| 7.                          | Индивидуальные программы занятий физической культурой для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.                              | 8           | 2                 | -  | -  | 5  | x        |
| 8.                          | Мэйнстриминг в образовательной среде высших учебных заведений.   | 4           | 1                 | -  | -  | 4  | x        |
| 9.                          | Оздоровительная физическая культура.   | 8           | 2                 | -  | -  | 5  | x        |
| 10.                         | Профилактика нарушения здоровья. Пограничные состояния здоровья.   | 6           | 1                 | -  | -  | 4  | x        |

|     |  |           |           |          |          |           |          |
|-----|--|-----------|-----------|----------|----------|-----------|----------|
| 11. | Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.            | 8         | 2         | -        | -        | 5         | x        |
| 12. | Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП).                     | 6         | 1         | -        | -        | 4         | x        |
| 13. | Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра и специалиста. | 6         | 1         | -        | -        | 4         | x        |
|     | Контроль   | x         | x         | x        | x        | x         | x        |
|     | <b>Итого</b>   | <b>72</b> | <b>16</b> | <b>-</b> | <b>-</b> | <b>56</b> | <b>x</b> |

#### 4. Краткое содержание дисциплины

##### 4.1. Содержание дисциплины

###### Теоретический раздел

Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся

Здоровье человека, здоровый образ жизни

Психофизиологические (биологические) основы здоровья

Основы здорового образа жизни обучающихся

Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности

Диагностика и самодиагностика состояния организма человека

Индивидуальные программы занятий физической культурой для студентов с ограниченными возможностями здоровья

Мэйнстриминг в образовательной среде высших учебных заведений

Оздоровительная физическая культура.

Профилактика нарушения здоровья. Пограничные состояния здоровья

Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями

Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)

Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра и специалиста