



Федеральное агентство по рыболовству
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Калининградский государственный технический университет»
(ФГБОУ ВО «КГТУ»)

УТВЕРЖДАЮ
Начальник УРОПСИ

Рабочая программа дисциплины
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

основной профессиональной образовательной программы специалитета
по специальности

38.05.01 ЭКОНОМИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

Специализация программы:

**«ЭКОНОМИКО-ПРАВОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЭКОНОМИЧЕСКОЙ
БЕЗОПАСНОСТИ»**

ИНСТИТУТ

Отраслевой экономики и управления

ВЫПУСКАЮЩАЯ КАФЕДРА

Экономической безопасности

РАЗРАБОТЧИК

УРОПСИ

1 ЦЕЛЬ И ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1 Целью освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, физической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

1.2 Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и ОПОП ВО по данному направлению подготовки.

Таблица 1 – Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций

Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Дисциплины	Результаты обучения (владения, умения и знания), соотнесенные с компетенциями/индикаторами достижения компетенции
<p>УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p>	<p>УК-7.1: Формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре и спорту, установок на здоровый образ жизни;</p> <p>УК-7.2: Формирование теоретических знаний и практического опыта для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий в деле укрепления и сохранения здоровья с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.</p>	<p>Физическая культура и спорт</p>	<p><u>Знать:</u> - научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни;</p> <p><u>Уметь:</u> - использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни;</p> <p><u>Владеть:</u> - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности</p>

2 ТРУДОЁМКОСТЬ ОСВОЕНИЯ, СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ, ФОРМА АТТЕСТАЦИИ ПО НЕЙ

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к блоку 1 обязательной части.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы (з.е.), т.е. 72 академических часов (54 астр. часов) контактной и самостоятельной учебной работы студента; работой, связанной с текущей и промежуточной (заключительной) аттестацией по дисциплинам дисциплины.

Распределение трудоемкости освоения дисциплины по семестрам, видам учебной работы студента, а также формы контроля приведены ниже.

Таблица 2 - Объем (трудоемкость освоения) в очной форме обучения и структура дисциплины

Наименование	Семестр	Форма контроля	з.е.	Акад. часов	Контактная работа					СРС	Подготовка и аттестация в период сессии
					Лек	Лаб	Пр	РЭ	КА		
Физическая культура и спорт	2,3	3	2	72	24	-	8	-	0,3	39.7	
Итого по дисциплине:			2	72	24	-	8	--	0,3	39.7	-

Обозначения: Э – экзамен; З – зачет; ДЗ – дифференцированный зачет (зачет с оценкой); КР (КП) – курсовая работа (курсовой проект); контр. – контрольная работа, РГР – расчетно-графическая работа; Лек – лекционные занятия; Лаб - лабораторные занятия; Пр – практические занятия; РЭ – контактная работа с преподавателем в ЭИОС; КА – контактная работа, консультации, инд.занятия, практики и аттестации; СРС – самостоятельная работа студентов

Таблица 3 - Объем (трудоёмкость освоения) в заочной форме обучения и структура дисциплины

Наименование	Семестр	Форма контроля	з.е.	Акад. часов	Контактная работа						СРС	Подготовка и аттестация в период сессии
					УЗ	Лек	Лаб	Пр	РЭ	КА		
Физическая культура и спорт	2	контр 3	2	72	-	2	-	-	-	0,65	65,5	3,85
Итого по дисциплине:			2	72	-	2	-	-	-	0,65	65,5	3,85

При разработке образовательной технологии организации учебного процесса основной упор сделан на соединение активной и интерактивной форм обучения. Интерактивная форма позволяет студентам проявить самостоятельность в освоении теоретического материала и овладении практическими навыками, формирует интерес и позитивную мотивацию к учебе.

3 УЧЕБНАЯ ЛИТЕРАТУРА И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТА

Учебно-методическое обеспечение дисциплины приведено в таблице 4 и 5.

Таблица 4 – Перечень основной и дополнительной литературы

Наименование дисциплин	Основная литература	Дополнительная литература
Физическая культура и спорт	<p>1. Физическая культура и спорт : учебное пособие / А. В. Иваненко, Е. А. Краснов, И. Е. Кабаев [и др.]. — Санкт-Петербург : СПбГУТ им. М.А. Бонч-Бруевича, 2021. — 229 с. — Режим доступа: для авториз. пользователей. — Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/279659 (дата обращения: 10.02.2022). — ISBN 978-5-89160-238-0. — Текст : электронный.</p> <p>2. Физическая культура и спорт : учебное пособие / А. В. Зюкин, В. С. Кукарев, А. Н. Дитятин [и др.] ; под ред. А. В. Зюкина, Л. Н. Шелковой, М. В. Габова ; Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена. — Санкт-Петербург : Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена (РГПУ), 2019. — 372 с. — Режим доступа: по подписке. — URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577592 (дата обращения: 10.02.2022). — ISBN 978-5-8064-2668-1. — Текст : электронный.</p> <p>3. Бардамов, Г. Б. Физическая культура и спорт : учебник / Г. Б. Бардамов, К. В. Балдаев. — Улан-Удэ : Бурятская ГСХА им. В.Р. Филиппова, 2020. — 405 с. — Режим доступа: для авториз. пользователей. — Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/226094 (дата обращения: 10.02.2022). — Текст : электронный.</p> <p>4. Кравчук, В. И. Физическая культура : учебное пособие / В. И. Кравчук. — Челябинск : ЧГИК, 2019. — 223 с. — Режим доступа: для авториз. пользователей. — Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/155989 (дата обращения: 10.02.2022). — ISBN 978-5-94839-724-5. — Текст : элек-</p>	<p>1. Основные аспекты физической культуры : учеб. пособие для студентов заоч. формы обучения в вузах / А. А. Бояркина, А. А. Зайцев, Э. В. Новик, Я. Е. Шихарев ; Калинингр. гос. техн. ун-т. - Калининград : КГТУ, 2013. - 81 с. - Текст : непосредственный.</p> <p>2. Основы физической культуры и здорового образа жизни : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений по направлению подгот. в бакалавриате / под ред. А. А. Зайцева ; Калинингр. гос. техн. ун-т. - Калининград : КГТУ, 2016. - 107, [1] с. - Текст : непосредственный.</p> <p>3. Евсеев, Ю. И. Физическая культура : учебное пособие / Ю. И. Евсеев. — 9-е изд., стер. — Ростов-на-Дону : Феникс, 2014. — 448 с. — Режим доступа: по подписке. — URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271591 (дата обращения: 10.02.2022). — ISBN 978-5-222-21762-7. — Текст : электронный.</p> <p>4. Бояркина, А. А. Питание и спорт : рекомендации по орг. рацион. питания в процессе занятий физ. культурой и спортом для студентов высш. учеб. заведений всех специальностей / А. А. Бояркина, А. А. Зайцев, Э. В. Мануйленко ; Калинингр. гос. техн. ун-т. - Калининград : КГТУ, 2012. - 53, [1] с. - Текст : непосредственный.</p> <p>5. Физическое самосовершенствование : учеб. пособие / под ред. А. А. Зайцева. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 107, [1] с. - ISBN 978-5-534-12579-5 (в обл.). - Текст : непосредственный.</p> <p>6. Основы здорового образа жизни в образовательной организации : учеб. пособие / под общ. ред. А. А. Зайцева. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 136, [1] с. - ISBN 978-5-534-12606-8 (в обл.). - Текст : непосредственный.</p>

Наименование дисциплин	Основная литература	Дополнительная литература
	<p>тронный. 5. Яковлева, В. Н. Новые физкультурно-спортивные виды двигательной активности на примере подвижных и спортивных игр / В. Н. Яковлева. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 128 с. — Режим доступа: для авториз. пользователей. — Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/292928 (дата обращения: 10.02.2022). — ISBN 978-5-507-45258-3. — Текст : электронный.</p>	<p>7. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка : учеб. пособие / под общ. ред. А. А. Зайцева. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 226, [1] с. - ISBN 978-5-534-12624-2 (в пер.). - Текст : непосредственный. 8. Физическая культура : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по всем направлениям / под ред. Е. В. Конеевой. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 598, [1] с. - ISBN 978-5-534-12033-2 (в пер.). - Текст : непосредственный. 9. Физическое самосовершенствование (теоретические и прикладные аспекты) : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений по направлениям подгот. в бакалавриате / под ред. А. А. Зайцева ; Калинингр. гос. техн. ун-т. - Калининград : КГТУ, 2016. - 79, [1] с. - Текст : непосредственный. 10. Практическая подготовка по физической культуре и занятия спортом : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений по направлению подгот. в бакалавриате / Калинингр. гос. техн. ун-т ; под ред. А. А. Зайцева. - Калининград : КГТУ, 2016. - 183, [1] с. - Текст : непосредственный.</p>

Таблица 5 – Перечень периодических изданий, учебно-методических пособий и нормативной литературы

Наименование дисциплин	Периодические издания	Учебно-методические пособия, нормативная литература
<p>Физическая культура и спорт</p>	<p>«Теория и практика физической культуры», «Физкультура и спорт»</p>	<p>1. Летние олимпийские виды спорта: нормы и требования : справ.-метод. пособие в табл. и черт. / Н. К. Полещук, А. А. Зайцев, А. Б. Макаревский, И. В. Борисова. - Москва : Советский спорт, 2013. - 267 с. - ISBN 978-5-9718-0650-9 (в пер.). - Текст : непосредственный. 2. Васюкевич, А. А. Спортивная аэробика. Первые шаги : учеб.-метод. пособие для студентов высш. учеб. заведений по физ. культуре / А. А. Васюкевич</p>

Наименование дисциплин	Периодические издания	Учебно-методические пособия, нормативная литература
		<p>; Калинингр. гос. техн. ун-т. - Калининград : КГТУ, 2014. - 28, [1] с. - Текст : непосредственный.</p> <p>3. Луценко, С. Я. Начальная подготовка в метании копья : метод. пособие по разд. "Физическая культура" основной образоват. программ высш. проф. образования / С. Я. Луценко, В. В. Макиенко ; Калинингр. гос. техн. ун-т. - Калининград : КГТУ, 2012. - 21, [1] с. - Текст : непосредственный.</p> <p>4. Сорока, Б. В. Основы тренировки в пауэрлифтинге : учеб.-метод. пособие для студентов всех специальностей высш. учеб. заведений / Б. В. Сорока ; Калинингр. гос. техн. ун-т. - Калининград : КГТУ, 2006. - 15, [1] с. - Текст : непосредственный.</p> <p>5. Зайцев, А. А. Организация и содержание самостоятельных занятий силовыми упражнениями : учеб.-метод. пособие по физ. культуре для студентов высш. учеб. заведений / А. А. Зайцев, О. Н. Косенков, Б. В. Сорока ; Калинингр. гос. техн. ун-т. - Калининград : КГТУ, 2014. - 27, [1] с. - Текст : непосредственный.</p> <p>6. Уханева, Е. В. Физическая культура. Выносливость как физическое качество и методика ее развития : метод. пособие для студентов всех специальностей высш. учеб. заведений / Е. В. Уханева, О. Н. Чиж, Э. В. Новик ; Калинингр. гос. техн. ун-т. - Калининград : КГТУ, 2009. - 34, [1] с. - Текст : непосредственный.</p> <p>7. Луценко, С. Я. Физическая культура. Подготовительная часть занятия : учеб.-метод. пособие для студентов высш. учеб. заведений по проведению методико-практ. занятий по физ. культуре / С. Я. Луценко ; Калинингр. гос. техн. ун-т. - Калининград : КГТУ, 2016. - 26, [1] с. - Текст : непосредственный.</p> <p>8. Зайцева, В. Ф. Организация и содержание физкультурных пауз на учебных занятиях : учеб.-метод. пособие для студентов и аспирантов высш. учеб. заведений / В. Ф. Зайцева, А. А. Бояркина ; Калинингр. гос. техн. ун-т. - Калининград : КГТУ, 2015. - 46, [1] с. - Текст : непосредственный.</p> <p>9. Зайцев, А. А. Атлетическая тренировка студентов : учеб.-метод. пособие / А. А. Зайцев, О. Н. Косенков, Б. В. Сорока ; Калинингр. гос. техн. ун-т. - Калининград : КГТУ, 2020. - 42, [1] с. - Текст : непосредственный.</p>

Наименование дисциплин	Периодические издания	Учебно-методические пособия, нормативная литература
		10. Васюкевич, А. А. Практическая подготовка по физической культуре и занятие спортом. Техническая подготовка на этапе начального обучения студентов, занимающихся спортивной аэробикой : учеб.-метод. пособие для студентов всех специальностей и направлений подгот. по дисциплине "Физ. культура и спорт" / А. А. Васюкевич, А. А. Бояркина. - Калининград : КГТУ, 2022. - 58, [1] с. - Текст : непосредственный.

4 ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ И ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Информационные технологии

В ходе освоения дисциплины, обучающиеся используют возможности интерактивной коммуникации со всеми участниками и заинтересованными сторонами образовательного процесса, ресурсы и информационные технологии посредством электронной информационной образовательной среды университета.

Перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем, к которым обучающимся по образовательной программе обеспечивается доступ (удаленный доступ), а также перечень лицензионного программного обеспечения определяется в рабочей программе и подлежит обновлению при необходимости.

Электронные образовательные ресурсы:

Российская образовательная платформа и конструктор бесплатных открытых онлайн-курсов и уроков - <https://stepik.org>

Образовательная платформа - <https://openedu.ru/>

Состав современных профессиональных баз данных (СПБД) и информационных справочных систем (ИСС).

Электронный учебник по основам физической культуры в вузе www.sport.msu.ru/edu

Официальный сайт студенческого спортивного союза России www.studsport.ru/

Официальный сайт FISU - International University Sports Federation www.fisu.net

Журнал «Теория и практика физической культуры» www.teoriya.ru/ru.

Журнал «Легкая атлетика» <http://lib.sportedu.ru/mirrors/www.iaaf-rdc.ru/t&f/1/index.htm>.

Журнал «Спортивная жизнь России» www.sportliferus.ru

Журнал «Физкультура и спорт» www.fismag.ru.

5 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Аудиторные занятия проводятся в специализированных аудиториях с мультимедийным оборудованием, в компьютерных классах, а также в других аудиториях университета согласно расписанию занятий.

Консультации проводятся в соответствии с расписанием консультаций.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

При освоении дисциплины используется программное обеспечение общего назначения и специализированное программное обеспечение.

Перечень соответствующих помещений и их оснащения приведен в таблице 6.

Таблица 6 – Материально-техническое обеспечение дисциплины

Наименование дисциплины	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения.
Физическая культура и спорт	г. Калининград, Малый переулок, 32, УК №2, ауд. 405М - учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	Специализированная (учебная) мебель - учебная доска, стол преподавателя, парты, стулья. Демонстрационное мультимедийное оборудование: переносной ноутбук, мультимедиа-проектор, экран	1. Операционная система Windows 7 (получаемая по программе Microsoft "Open Value Subscription") 2. Офисное приложение MS Office Standard 2016 (получаемое по программе Microsoft "Open Value Subscription")
	г. Калининград, Советский проспект, 1, ГУК, ауд. 153 - помещение для самостоятельной работы	Специализированная (учебная) мебель - парты, стулья. 16 компьютеров с подключением к сети Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации, комплект лицензионного программного обеспечения	Типовое ПО на всех ПК 1. Операционная система Windows 10 (получаемая по программе Microsoft "Open Value Subscription") 2. Офисное приложение MS Office 2013 (получаемое по программе Microsoft "Open Value Subscription") 3. Kaspersky Endpoint Security 4. Google Chrome (GNU) 5. Учебный комплект программного обеспечения КОМПАС-3D v21) 6. САБ Ирбис 64 7. MathCAD 2015 8. Интернет- версия «Гарант» 9. «КонсультантПлюс» 10. НЭБ РФ - Национальная электронная библиотека НЭБ

6 ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ АТТЕСТАЦИИ, СИСТЕМА ОЦЕНИВАНИЯ И КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ

6.1 Типовые контрольные задания и иные материалы, необходимые для оценки результатов освоения дисциплины (в т.ч. в процессе освоения), а также методические материалы, определяющие процедуры этой оценки приводятся в приложении к рабочей программе дисциплины (утверждается отдельно).

6.2 Универсальная система оценивания результатов обучения включает в себя системы оценок: 1) «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно»; 2) «зачтено», «не зачтено»; 3) 100 – балльную/процентную систему и правило перевода оценок в пятибалльную систему (табл. 7).

Таблица 7 – Система оценок и критерии выставления оценки

Система оценок	2	3	4	5
	0-40%	41-60%	61-80 %	81-100 %
Критерий	«неудовлетворительно»	«удовлетворительно»	«хорошо»	«отлично»
	«не зачтено»	«зачтено»		
1 Системность и полнота знаний в отношении изучаемых объектов	Обладает частичными и разрозненными знаниями, которые не может научно- корректно связывать между собой (только некоторые из которых может связывать между собой)	Обладает минимальным набором знаний, необходимым для системного взгляда на изучаемый объект	Обладает набором знаний, достаточным для системного взгляда на изучаемый объект	Обладает полной знаний и системным взглядом на изучаемый объект
2 Работа с информацией	Не в состоянии находить необходимую информацию, либо в состоянии находить отдельные фрагменты информации в рамках поставленной задачи	Может найти необходимую информацию в рамках поставленной задачи	Может найти, интерпретировать и систематизировать необходимую информацию в рамках поставленной задачи	Может найти, систематизировать необходимую информацию, а также выявить новые, дополнительные источники информации в рамках поставленной задачи
3.Научное осмысление изучаемого явления, процесса, объекта	Не может делать научно корректных выводов из имеющихся у него сведений, в состоянии проанализировать только некоторые	В состоянии осуществлять научно корректный анализ предоставленной информации	В состоянии осуществлять систематический и научно корректный анализ предоставленной информации,	В состоянии осуществлять систематический и научно-корректный анализ предоставленной информации,

Система оценок Критерий	2	3	4	5
	0-40%	41-60%	61-80 %	81-100 %
	«неудовлетворительно»	«удовлетворительно»	«хорошо»	«отлично»
	«не зачтено»	«зачтено»		
	из имеющихся у него сведений		вовлекает в исследование новые релевантные задаче данные	вовлекает в исследование новые релевантные поставленной задаче данные, предлагает новые ракурсы поставленной задачи
4. Освоение стандартных алгоритмов решения профессиональных задач	В состоянии решать только фрагменты поставленной задачи в соответствии с заданным алгоритмом, не освоил предложенный алгоритм, допускает ошибки	В состоянии решать поставленные задачи в соответствии с заданным алгоритмом	В состоянии решать поставленные задачи в соответствии с заданным алгоритмом, понимает основы предложенного алгоритма	Не только владеет алгоритмом и понимает его основы, но и предлагает новые решения в рамках поставленной задачи

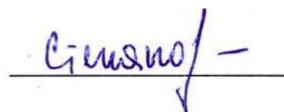
6.3 Оценивание результатов обучения может проводиться с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

7 СВЕДЕНИЯ О РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ И ЕЕ СОГЛАСОВАНИИ

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура и спорт» представляет собой компонент основной профессиональной образовательной программы специалитета по специальности 38.05.01 Экономическая безопасность (специализация «Экономико-правовое обеспечение экономической безопасности»).

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры экономической безопасности (протокол № 9 от 26.04.2022 г.)

Заведующая кафедрой



Т.Е. Степанова

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании методической комиссии ИНОТЭКУ (протокол № 4 от 04.05.2022 г.)

Директор института



А.Г. Мнаçаканян