

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Кумертауский филиал
федерального государственного
бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«Оренбургский государственный университет»
(Кумертауский филиал ОГУ)

Кафедра экономики


УТВЕРЖДАЮ
Зам. директора по УМиНР
Л.Ю. Полякова
Полякова Л.Ю.
(подпись, расшифровка подписи)
"31" 08 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.Д.В.Э.1.2 Спортивные игры»

Уровень высшего образования

БАКАЛАВРИАТ

Направление подготовки

38.03.01 Экономика

(код и наименование направления подготовки)

Экономика предприятий и организаций

(наименование направленности (профиля) образовательной программы)

Квалификация

Бакалавр

Форма обучения

Очная

Кумертау 2022

**Рабочая программа дисциплины «Б1.Д.В.Э.1.2 Спортивные игры» /сост. И.А. Марина -
Кумертау: Кумертауский филиал ОГУ, 2022**

Рабочая программа предназначена обучающимся очной формы по направлению подготовки
38.03.01 Экономика

1 Цели и задачи освоения дисциплины

Цель (цели) освоения дисциплины: формирование физической культуры личности.

Задачи:

- содействовать формированию личности студента, его общей и физической культуры;
- совершенствовать двигательные умения и навыки из разных областей физкультурно-спортивной деятельности, развитие физических и морально-волевых качеств;
- обеспечивать сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование морально-психологических качеств и свойств личности;
- формировать мотивационно-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическому самосовершенствованию и самовоспитанию, потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями.

2 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина относится к дисциплинам (модулям) по выбору вариативной части блока Д «Дисциплины (модули)»

Пререквизиты дисциплины: *Отсутствуют*

Постреквизиты дисциплины: *Отсутствуют*

3 Требования к результатам обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих результатов обучения

Код и наименование формируемых компетенций	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7-В-1 Соблюдает нормы здорового образа жизни, используя основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий на всех жизненных этапах развития личности УК-7-В-2 Выбирает рациональные способы и приемы профилактики профессиональных заболеваний, психофизического и нервноэмоционального утомления на рабочем месте	Знать – требования безопасности на занятиях по общефизической культуре Уметь: - выполнять основные двигательные действия из различных сфер физкультурно-спортивной деятельности Владеть: - ценностями общефизической культуры для успешной самореализации в социально-культурной и профессиональной деятельности

4 Структура и содержание дисциплины

4.1 Структура дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 0 зачетных единиц (328 академических часов).

Вид работы	Трудоемкость, академических часов					
	1 семестр	2 семестр	3 семестр	4 семестр	5 семестр	всего
Практические занятия (ПЗ)	70	70	70	64	54	328
Вид итогового контроля	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	

Разделы дисциплины, изучаемые в 1 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов практических занятий
1	Общая физическая подготовка	24
2	Волейбол	18
3	Баскетбол.	18
4	Настольный теннис	10
	Итого:	70

Разделы дисциплины, изучаемые в 2 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов практических занятий
1	Общая физическая подготовка	24
2	Волейбол	18
3	Баскетбол.	18
4	Настольный теннис	10
	Итого:	70

Разделы дисциплины, изучаемые в 3 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов практических занятий
1	Общая физическая подготовка	24
2	Волейбол	18
3	Баскетбол.	18
4	Настольный теннис	10
	Итого:	70

Разделы дисциплины, изучаемые в 4 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов практических занятий
1	Общая физическая подготовка	24
2	Волейбол	18
3	Баскетбол.	18
4	Настольный теннис	4

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов практических занятий
1	Общая физическая подготовка	24
2	Волейбол	18
	Итого:	64

Разделы дисциплины, изучаемые в 5 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов практических занятий
1	Общая физическая подготовка	24
2	Волейбол	10
3	Баскетбол.	10
4	Настольный теннис	10
	Итого:	54
	Всего:	328

4.2 Содержание разделов дисциплины

Раздел 1. Общая физическая подготовка. Физические упражнения с массой собственного тела: сгибание и разгибание рук в упоре лежа (на параллельных брусьях), а также из виса на перекладине (из виса лежа на низкой перекладине); различные виды приседаний, прыжков, выпрыгиваний, лазаний и переползаний; кувырки, перевороты, стойки. Физические упражнения с спортивным инвентарем: упражнения с гантелями, гирями, штангами, набивными мячами, скакалками, обручами, гимнастическими палками, степами, в парах. Физические упражнения на разных тренажерах.

Раздел 2. Волейбол. Совершенствование техники передач, подач, приема мяча, передвижений, блокирования, нападающего удара, падений. Совершенствование технико-тактических действий игрока в двусторонней игре.

Раздел 3. Баскетбол. Совершенствование техники передачи мяча и ведения, передвижений, бросков мяча в кольцо. Совершенствование нападающих действий и оборонительных, финты и блокирование. Совершенствование технико-тактических действий игрока в двусторонней игре.

Раздел 4. Настольный теннис. Стойки, удары, подачи, передвижения. Совершенствование технико-тактических действий игрока. Одиночная и парная игра.

4.3 Практические занятия (семинары)

№ занятия	№ раздела	Тема	Кол-во часов
1-4	1	Вводное занятие, инструктаж по соблюдению требований безопасности на занятиях по общефизической культуре. Общая физическая подготовка с использованием массы собственного тела	8
5-8	1	Общая физическая подготовка с использованием спортивного инвентаря	8
9-12	1	Общая физическая подготовка с использованием спортивных тренажеров и оборудования.	8
13-17	2	Совершенствование техники передач, подач, приема мяча, передвижений, блокирования, нападающего удара, падений.	10

№ занятия	№ раздела	Тема	Кол-во часов
18-21	2	Совершенствование технико-тактических действий игрока в двусторонней игре	8
22-24	3	Совершенствование техники передачи мяча и ведения, передвижений, бросков мяча в кольцо.	6
25-27	3	Совершенствование нападающих действий и оборонительных, финты и блокирование.	6
28-30	3	Совершенствование технико-тактических действий игрока в двусторонней игре.	6
31-32	4	Стойки, удары, подачи, передвижения.	4
33-35	4	Совершенствование технико- тактических действий игрока. Одиночная и парная игра	6
Итого 1 семестр			70
36-39	1	Вводное занятие, инструктаж по соблюдению требований безопасности на занятиях по общефизической культуре. Общая физическая подготовка с использованием массы собственного тела	8
40-43	1	Общая физическая подготовка с использованием спортивного инвентаря	8
44-47	1	Общая физическая подготовка с использованием спортивных тренажеров и оборудования	8
48-52	2	Совершенствование техники передач, подач, приема мяча, передвижений, блокирования, нападающего удара, падений.	10
53-56	2	Совершенствование технико-тактических действий игрока в двусторонней игре	8
57-59	3	Совершенствование техники передачи мяча и ведения, передвижений, бросков мяча в кольцо.	6
60-62	3	Совершенствование нападающих действий и оборонительных, финты и блокирование.	6
63-65	3	Совершенствование технико-тактических действий игрока в двусторонней игре.	6
66-67	4	Стойки, удары, подачи, передвижения.	4
68-70	4	Совершенствование технико- тактических действий игрока. Одиночная и парная игра	6
Итого 2 семестр			70
71-74	1	Вводное занятие, инструктаж по соблюдению требований безопасности на занятиях по общефизической культуре. Общая физическая подготовка с использованием массы собственного тела	8
75-78	1	Общая физическая подготовка с использованием спортивного инвентаря	8
79-82	1	Общая физическая подготовка с использованием спортивных тренажеров и оборудования	8
83-87	2	Совершенствование техники передач, подач, приема мяча, передвижений, блокирования, нападающего удара, падений.	10
88-91	2	Совершенствование технико-тактических действий игрока в двусторонней игре	8
92-94	3	Совершенствование техники передачи мяча и ведения, передвижений, бросков мяча в кольцо.	6
95-97	3	Совершенствование нападающих действий и оборонительных, финты и блокирование.	6
98-100	3	Совершенствование технико-тактических действий игрока в двусторонней игре.	6

№ занятия	№ раздела	Тема	Кол-во часов
101-102	4	Стойки, удары, подачи, передвижения.	4
103-105	4	Совершенствование технико- тактических действий игрока. Одиночная и парная игра	6
Итого 3 семестр			70
106-109	1	Вводное занятие, инструктаж по соблюдению требований безопасности на занятиях по общефизической культуре. Общая физическая подготовка с использованием массы собственного тела	8
110-113	1	Общая физическая подготовка с использованием спортивного инвентаря	8
114-117	1	Общая физическая подготовка с использованием спортивных тренажеров и оборудования	8
118-122	2	Совершенствование техники передач, подач, приема мяча, передвижений, блокирования, нападающего удара, падений.	10
123-126	2	Совершенствование технико-тактических действий игрока в двусторонней игре	8
127-129	3	Совершенствование техники передачи мяча и ведения, передвижений, бросков мяча в кольцо.	6
130-132	3	Совершенствование нападающих действий и оборонительных, финты и блокирование.	6
133-135	3	Совершенствование технико-тактических действий игрока в двусторонней игре.	6
136	4	Стойки, удары, подачи, передвижения.	2
137	4	Совершенствование технико- тактических действий игрока. Одиночная и парная игра	2
Итого 4 семестр			64
138-141	1	Вводное занятие, инструктаж по соблюдению требований безопасности на занятиях по общефизической культуре. Общая физическая подготовка с использованием массы собственного тела	8
142-145	1	Общая физическая подготовка с использованием спортивного инвентаря	8
146-149	1	Общая физическая подготовка с использованием спортивных тренажеров и оборудования	8
150-152	2	Совершенствование техники передач, подач, приема мяча, передвижений, блокирования, нападающего удара, падений.	6
153-154	2	Совершенствование технико-тактических действий игрока в двусторонней игре	4
155-157	3	Совершенствование техники передачи мяча и ведения, передвижений, бросков мяча в кольцо.	6
158	3	Совершенствование нападающих действий и оборонительных, финты и блокирование.	2
159	3	Совершенствование технико-тактических действий игрока в двусторонней игре.	2
160-161	4	Стойки, удары, подачи, передвижения.	4
162-164	4	Совершенствование технико- тактических действий игрока. Одиночная и парная игра	6
Итого 5 семестр			54
Итого:			328

5 Учебно-методическое обеспечение дисциплины

5.1 Основная литература

1. Элективные дисциплины по физической культуре и спорту: волейбол : методическое пособие / Л. К. Федякина, Ж. Г. Кортава, Э. Г. Лактионова, Г. Р. Мукминова. - Москва : ФЛИНТА, 2021. - 30 с. - ISBN 978-5-9765-4805-3. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1852388>
2. Волейбол: теория и практика [Электронный ресурс] / под общ. ред. В.В. Рыцарева ; худож. Е. Ильин. – Москва : Спорт, 2016. – 456 с. : ил. – ISBN 978-5-9906734-7-2. .Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430479>
3. Малейченко, Е.А. Физическая культура. Лекции [Электронный ресурс] : учеб. пособие для студентов вузов / Е.А. Малейченко [и др.]. — Москва : ЮНИТИ-ДАНА, 2017. - 159 с. - ISBN 978-5-238-02982-5. . Режим доступа: <http://znanium.com/bookread2.php?book=1027339>
4. Чеснова, Е.Л. Физическая культура [Электронный ресурс] / Е.Л. Чеснова. – Москва : Директ-Медиа, 2013. – 160 с. – ISBN 978-5-4458-3076-4 Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210945> .

5.2 Дополнительная литература

1. Физическая культура [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Чертов Н.В. - Ростов-на-Дону: Издательство ЮФУ, 2012. - 118 с. ISBN 978-5-9275-0896-9. Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=241131
2. Физическая культура в системе высшего профессионального образования (теоретические и методические аспекты) [Электронный ресурс] / Е.А. Мусатов, Е.Н. Чернышева, О.А. Прянишникова и др. ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Государственное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина». – Елец : Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, 2011. – 315 с. ISBN 978-5-94809-537-0. Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272223>
3. Фитнес-технологии и системы физических упражнений в учебном процессе на занятиях физической культурой [Электронный ресурс]: учебное пособие для обучающихся по образовательным программам высшего образования для всех направлений подготовки /И. Г. Горбань [и др.]; М-во науки и высш. образования Рос. Федерации, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Оренбург. гос. ун-т". - Электрон. текстовые дан. (1 файл: 5.57 Мб). - Оренбург: ОГУ, 2021. - 112 с. - Загл. с тит. экрана. - AdobeAcrobatReader 5.0 - ISBN 978-5-7410-2545

5.3 Периодические издания

1. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка: журнал. – Москва: Агентство "Роспечать", 2002-2013.
2. Теория и практика физической культуры: журнал. – Москва: Агентство "Роспечать", 2002-2015.

5.4 Интернет-ресурсы

1. <https://minsport.gov.ru/> – официальный сайт Министерства спорта РФ.
2. www.edu.ru – федеральный портал «Российское образование».
3. <http://www.youtube.com/> – общедоступный сайт с видеоконтентом разнообразного содержания, в том числе демонстрационными материалами по темам дисциплины.
4. <https://znanium.com/> – это электронно-библиотечная система (ЭБС), в которой сформированы коллекции электронных версий книг, журналов, статей и пр., сгруппированных по тематическим и целевым признакам. В настоящее время ЭБС Znanium является информационным порталом, оказывающим платные услуги по предоставлению онлайн-доступа к большому фонду учебной и научной литературы, а также к ряду других сервисов, поддерживающих образовательные и научные процессы в учебных заведениях. Ресурс может также быть полезным для любого пользователя, нуждающегося в проверенной учебной и научной информации. Ресурс также обладает массивом информации в режиме Open Access (открытый доступ).

5.5 Программное обеспечение, профессиональные базы данных и информацион-ные справочные системы

1. Операционная система Microsoft Windows.
2. Пакет настольных приложений Microsoft Office (Word, Excel, PowerPoint, OneNote, Outlook, Publisher, Access).
3. ГАРАНТ Платформа F1 [Электронный ресурс]: справочно-правовая система. / Разработчик ООО НПП «ГАРАНТ-Сервис», 119992, Москва, Воробьевы горы, МГУ, [1990–2020]. – Режим доступа в сети ОГУ для установки системы: \\fileserv1\GarantClient\garant.exe.
4. КонсультантПлюс [Электронный ресурс]: электронное периодическое издание справочная правовая система. / Разработчик ЗАО «Консультант Плюс», [1992–2020]. – Режим доступа к системе в сети ОГУ для установки системы: \\fileserv1\CONSULT\cons.exe.
5. Zoom – платформа для организации аудио и видеоконференций 6. Microsoft Teams – корпоративная платформа, объединяющая в рабочем пространстве чат, встречи, заметки и вложения.
7. LMS Moodle [Электронный ресурс]: система управления курсами – URL: <https://moodle.osu.ru/> – Режим доступа: для авторизир. Пользователей.

6 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Спортивный зал.Тренажерный зал (гимнастические снаряды, инвентарь для спортивных игр, инвентарь для занятий тяжелой атлетикой, столы для настольного тенниса)

**ЛИСТ
согласования рабочей программы**

Направление подготовки: 38.03.01 Экономика
код и наименование

Профиль: Экономика предприятий и организаций


Дисциплина: Б1.Д.В.Э.1.2 Спортивные игры

Форма обучения: очная
(очная, очно-заочная)

Год набора 2022

РЕКОМЕНДОВАНА на заседании кафедры экономики
наименование кафедры

протокол № 2 от «30» 08 2022 г.

Ответственный исполнитель, и.о. зав. кафедрой экономики  Ахмадиева З.Р.
наименование кафедры подпись расшифровка подписи

Исполнители:

Ст. преподаватель кафедры экономики  И.А. Марина
должность подпись расшифровка подписи

ОДОБРЕНА на заседании НМС, протокол № 1 от «31» 08 2022 г.

Председатель НМС  Л.Ю. Полякова
подпись расшифровка подписи

СОГЛАСОВАНО:

И.о. зав. кафедрой экономики  З.Р. Ахмадиева
подпись расшифровка подписи

Заведующий библиотекой  С.Н. Козак
подпись расшифровка подписи