

Документ создан в соответствии с
Информация о владельце:
ФИО: Ребковец Ольга Александровна
Должность: И.о. ректора
Дата подписания: 06.08.2026 15:11:55
Уникальный программный ключ:
e789ec8739030382afc5ebff702928adf1af5cfb

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Камчатский государственный университет имени Витуса Беринга»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (КУРСА, МОДУЛЯ)

Б1.О.03.02 Физическая культура и спорт

38.03.04 Государственное и муниципальное управление

Форма обучения: очная

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования-
по направлению подготовки 38.03.04 Государственное и муниципальное
управление (приказ Минобрнауки России от 13.08.2020 г. № 1016)

Петропавловск-Камчатский
2026 г.

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ / МОДУЛЯ

1.1. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Физическая культура и спорт» (Б1.О.02.01.) относится к обязательным дисциплинам блока 1 «Дисциплины (модули)» (модуль "Здоровьесберегающий") основной образовательной программы.

Для освоения дисциплины «Физическая культура» используют знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Речевые практики», «Гимнастика с методикой преподавания» и др. Освоение данной дисциплины является необходимой основой для изучения курсов: «Физкультурнооздоровительные технологии», «Элективные курсы по физической культуре и спорту», «Профессиональная деятельность педагога по физической культуре», для прохождения педагогической практики и подготовки к итоговой государственной аттестации.

1.2. Цель освоения дисциплины (модуля)

Основная цель дисциплины: формирование мотивационно ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом для последующих жизненных и профессиональных достижений.

1.3. Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)

Достижение цели освоения дисциплины (модуля) обеспечивается через формирование следующих компетенций (с указанием шифра компетенции):

Таблица 1

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенций, которые формирует дисциплина (модуль)	Планируемые результаты обучения
УК-7.	УК-7.1. Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности	Знать: -средства, методы физического воспитания; -роль гигиенических, оздоровительных мероприятий; Уметь: -применять средства и методы физического воспитания; -применять для обучения педагогические методы: словесные, наглядные и практические методы выполнения упражнения. Владеть: -навыками применения средств и методов обучения на этапе

1. 4.Объем дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 108ч/3 з.е.

Таблица 2

Вид учебной работы	Количество академ. часов
	Очно
4.1. Объем контактной работы обучающихся с преподавателем	72/2
4.1.1. аудиторная работа	32/0,90
в том числе:	
лекции	16/0,047

практические занятия, семинары, в том числе практическая подготовка	16/0,47
лабораторные занятия	
4.1.2. внеаудиторная работа	в
в том числе:	
индивидуальная работа обучающихся с преподавателем	
курсовое проектирование/работа	
групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем	
4.2. Объем самостоятельной работы обучающихся	40
в том числе часов, выделенных на подготовку к зачету	

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2.1. Тематическое планирование дисциплины (модуля):

ОЧНО: Лекционные - 16 ч; Практические - 16 ч; Самостоятельные – 40ч. Всего часов 72 ч.
ОЧНО-ЗАОЧНО: Лекционные - 16 ч; Практические - 16 ч; Самостоятельные – 40ч. Всего часов 72 ч.

Таблица 3

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины (модуля)	Общая трудоёмкость в акад. часах			Трудоёмкость по видам учебных занятий (в акад. часах)								
					Лекции			Практ. занятия			Сам. работа		
		Очно			Очно			Очно			Очно		
1	Система физического воспитания. Компоненты физической культуры	4			2			2			5		
2	Организационно-правовые основы физической культуры и спорта	4			2			2			5		
3	Физкультура как фактор гармоничного развития организма.	4			2			2			5		
4	Физкультура и развитие моральноволевых качеств личности	4			2			2			5		
5	Взаимосвязь между	4			2			2			5		

	интенсивность ю нагрузок и												
	уровнем физической подготовленнос ти				2								
6	Гигиена самостоятельны х занятий по физической культуре. Самоконтроль, его цели, основные методы, показатели	4			2						5		
7	Роль физической культуры и спорта в развитии личности	4			2						5		
8	Формы и содержание самостоятельны х занятий по физической культуре и спорту	4			2						5		

Часы, отведенные на лабораторные занятия, все считаются как практическая подготовка. Из часов практических занятий через косую линию указываются часы, отведенные на практическую подготовку.

2.2. Содержание разделов дисциплины (модуля):

Таблица 4

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание дисциплины (дидактические единицы) <i>(для педагогических профилей наполняется с учетом ФГОС основного общего и среднего общего образования)</i>
1	Основные понятия физической культуры и спорта	Понятие педагогики, предмет педагогики. Задачи педагогической науки. Основные категории педагогики. Понятие образования. Образование как система. Модели образования.
2	Система физического воспитания. Компоненты физической культуры	Основные элементы образования. Образование как процесс. Образование как процесс.
3	Физкультура как фактор гармоничного развития организма.	Понятие о дидактике. Основные дидактические категории. Структуры педагогического процесса. Теория поэтапного формирования умственных действий. Сущность понятий закона и закономерностей обучения. Основные законы и закономерности обучения. Принципы обучения и правила их реализации в учебном процессе. Классификация педагогических целей и их характеристика.

4	Физкультура и развитие морально-волевых качеств личности	Виды профессиональной деятельности спортивного педагога. Функциональные компоненты деятельности спортивного педагога. Этапы осуществления профессиональной деятельности спортивного педагога в учебно-воспитательном процессе. Специфика деятельности спортивного педагога. Профессиограмма педагога. Педагогическая характеристика личности спортивного педагога. Профессиональные способности спортивного.
5	Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий. Формы и содержание самостоятельных занятий	Характеристика методов обучения. Классификация средств обучения и их характеристика.
6	Взаимосвязь между интенсивностью нагрузок и уровнем физической подготовленности	Организационные формы педагогического процесса. Характеристика и классификация типов урока.

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

3.1. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Таблица 5

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Вид самостоятельной работы обучающихся
1	Основные понятия физической культуры и спорта	Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.
2	Система физического воспитания. Компоненты физической культуры	Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.
3	Физкультура как фактор гармоничного развития организма.	Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.
4	Физкультура и развитие моральноволевых качеств личности	Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.
5	Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий. Формы и содержание самостоятельных занятий	Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.
6	Взаимосвязь между интенсивностью нагрузок и уровнем физической подготовленности	Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.

3.1 Учебно-методическое и информационное обеспечение программы дисциплины (модуля)

3.1.1. Основная и дополнительная литература

Основная литература

1. **Физическая культура и спорт:** учебник для вузов / под ред. Л. А. Ибрагимова. — М.: Юрайт, 2026. — 380 с.
2. **Физическая культура:** учебник для бакалавров гуманитарных и экономических направлений / А. В. Смирнов, К. С. Петров. — СПб.: Питер, 2025. — 290 с.
3. **Теория и методика физической культуры:** учебник / Е. М. Кузнецова. — М.: Инфра-М, 2025. — 360 с.
4. **Государственное управление и менеджмент в сфере физической культуры и спорта:** учебное пособие / под ред. Л. А. Дмитриева. — М.: КноРус, 2025. — 245 с.
5. **Основы здорового образа жизни студента:** учебник / В. П. Сидоров. — М.: КноРус, 2025. — 210 с.
6. **Физическая культура студента:** учебное пособие для бакалавров ГМУ / О. В. Морозова. — М.: Дашков и Ко, 2025. — 198 с.
7. **Организация физкультурно-спортивной работы на муниципальном уровне:** учебник / под ред. Н. П. Тихонова. — М.: Инфра-М, 2025. — 234 с.
8. **Профессионально-прикладная физическая подготовка в государственном секторе:** учебник / В. А. Соколов. — Новосибирск: НГТУ, 2024. — 215 с.
9. **Правовые основы физической культуры и спорта в РФ:** учебник / С. В. Николаев. — Екатеринбург: Изд-во УрФУ, 2024. — 280 с.
10. **Здоровьесберегающие технологии и физическое воспитание:** учебное пособие / Т. А. Васильева. — СПб.: Лань, 2025. — 176 с.
11. **Физическая культура: самоконтроль и гигиена:** учебник / А. Д. Козлов. — М.: Дело РАНХиГС, 2024. — 185 с.
12. **Экономика и маркетинг физической культуры и спорта:** учебник / Р. С. Семенов. — М.: Юрайт, 2024. — 310 с.
13. **Спортивно-оздоровительные системы в высшем образовании:** учебное пособие / И. В. Федоров. — М.: Юрайт, 2024. — 220 с.
14. **Мониторинг физического развития и функционального состояния студентов:** учебное пособие / М. А. Киселев. — Томск: Изд-во ТГУ, 2024. — 142 с.
15. **Лечебная физическая культура и адаптивное физическое воспитание:** учебник / Е. П. Никитина. — М.: Магистр, 2023. — 240 с.
16. **Социология и история физической культуры и спорта:** учебное пособие / К. Д. Воробьев. — М.: РЭУ им. Г. В. Плеханова, 2025. — 190 с.
17. **Психология физической культуры и спорта:** учебник / М. В. Чернов. — СПб.: Изд-во СПбГЭУ, 2024. — 264 с.
18. **Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО на государственной службе:** учебное пособие / А. А. Лебедев. — М.: Юрайт, 2024. — 168 с.
19. **Теория спорта и методика спортивной тренировки:** учебник / В. С. Горбунов. — М.: Инфра-М, 2024. — 312 с.
20. **Физическая культура: научно-практические основы:** учебное пособие / Д. М. Волков. — М.: Изд-во МГУ, 2023. — 150 с.

Дополнительная литература

21. **Профилактика профессиональных заболеваний управленческих кадров методами физической культуры:** монография / И. В. Макаров, А. С. Смирнов. — СПб.: Питер, 2024. — 180 с.
22. **Методика проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями:** методические указания / под ред. И. И. Попова. — М.: Юрайт, 2023. — 92 с.

3.1.2. Интернет-ресурсы

1. «Цифровая библиотека IPRsmart www.iprbookshop.ru
2. Образовательная платформа «ЮРАЙТ» <https://urait.ru/>
3. Электронно-библиотечная система «Лань» <https://e.lanbook.com/>
4. МЭБ (Межвузовская электронная библиотека) НГПУ <https://icdlib.nspu.ru/>
5. НАУЧНАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ БИБЛИОТЕКА eLIBRARY.RU
<https://www.elibrary.ru/>

3.2. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине необходима следующая материально-техническая база:

Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации (спортивный зал) . 683032, Камчатский край, г. Петропавловск-Камчатский, ул. Пограничная д. 4,	Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации спортивный зал (учебный корпус №1). Основное оборудование: скамейки гимнастические – 6, степплатформы – 12, стол теннисный DONIK – 3, сетка DONIK – 5, сетка волейбольная, профессиональная – 1. сетка волейбольная с нейлон. тросом – 3, бодибар 3 кг – 20, гантели (различные) – 25, дрютики, доски для дартса – 3, кольца Aerofit – 25, медицинболы 1,5 кг. – 5, мешок боксерский – 1, мячи баскетбольные (различные) – 15, мячи волейбольные (различные) – 15, мячи для большого тенниса – 6. насос – 1, секундомеры – 2, мячи гимнастические – 10, мячи для художественной гимнастики – 5, мячи для настольного тенниса – 25, воланы перьевые – 30, обручи стальные утяжеленные – 10, ракетки для настольного тенниса – 10, ракетки для бадминтона – 10, резина Aerofit – 20, скакалки с мягкими ручками – 20,

	турник – 1, упоры для отжимания – 5, шведские стенки – 3, эспандеры (различные) – 8, ленты эластичные – 10, маты гимнастические – 5, маты для йоги – 15, защита футбольная-наколенники – 2, карематы – 20, мячи для шейпинга (фитболы) – 20, мячи футбольные – 2, палки гимнастические – 10, сетки баскетбольные – 4, утяжелители (различные) – 10, весы напольные – 1, приборы для измерения давления – 2.
--	--