

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ
БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ОРЕНБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

Рабочая программа дисциплины

Б1.Б.22 Физическая культура и спорт

Направление подготовки: 09.03.01 Информатика и вычислительная техника

Профиль подготовки: Автоматизированные системы обработки информации и управления

Квалификация (степень) выпускника: бакалавр

Форма обучения: очная

1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Б1.Б.22 Физическая культура и спорт» являются:

- понимание роли физической культуры в развитии личности и подготовки ее к профессиональной деятельности;
- знание научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Б1.Б.22 «Физическая культура и спорт» к базовой части. Требования к предшествующим знаниям представлены в таблице 2.1. Перечень дисциплин, для которых дисциплина «Б1.Б.22 Физическая культура и спорт» является основополагающей, представлена в таблице 2.2

Таблица 2.1. Требования к пререквизитам дисциплины

Дисциплина	Раздел
Физическая культура	Программа среднего (полного) общего образования.

Таблица 2.2. Требования к постреквизитам дисциплины

Дисциплина	Раздел
Психология и педагогика	2

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Таблица 3.1 – Взаимосвязь планируемых результатов обучения по дисциплине и планируемых результатов освоения образовательной программы

Индекс и содержание компетенции	Знания	Умения	Навыки и (или) опыт деятельности
(ОК-8) способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Этап 1 –знать основные положения о физической культуре в общекультурной и профессиональной подготовки студентов, о социально – биологических основах физической культуры, об основах здорового образа и стиля жизни. Этап 2 – знать об оздоровительных системах, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте.	Этап 1 – уметь применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств. Этап 2- уметь применять различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.	Этап 1 – владеть практическими навыками основ физической культуры. Этап 2 – владеть практическими методами основ физической культуры.

4. Объем дисциплины

Объем дисциплины «Б1. Б.22 Физическая культура и спорт» составляет 2 зачетные единицы (72 академических часа), распределение объема дисциплины на контактную работу обучающихся с преподавателем (КР) и на самостоятельную работу обучающихся (СР) по видам учебных занятий и по периодам обучения представлено в таблице 4.1.

Таблица 4.1 Распределение объема дисциплины по видам учебных занятий и по периодам обучения, академические часы

№ п/п	Вид учебных занятий	Итого КР	Итого СР	Семестр № 3		Семестр №4		Семестр №7		Семестр №8	
				КР	СР	КР	СР	КР	СР	КР	СР
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	Лекции (Л)										
2	Лабораторные работы (ЛР)										
3	Практические занятия (ПЗ)			16		16		16		16	
4	Семинары (С)										
5	Курсовое проектирование (КП)										
6	Рефераты (Р)										
7	Эссе (Э)										
8	Индивидуальные домашние задания (ИДЗ)										
9	Самостоятельное изучение вопросов (СИБ)										
10	Подготовка к занятиям (ПкЗ)										
11	Промежуточная аттестация			2		2		2		2	
12	Наименование вида промежуточной аттестации			зачет		зачет		зачет		зачет	
13	Всего			18		18		18		18	

5. Структура и содержание дисциплины

Структура дисциплины представлена в таблице 5.1

Таблица 5.1 – Структура дисциплины

№ п/п	Наименования разделов и тем	Семестр	Объем работы по видам учебных занятий, академические часы										формируемых компетенций
			лекции	лабораторная работа	практические занятия	семинары	курсовое проектирование	рефераты (эссе)	индивидуальные домашние задания	самостоятельное изучение вопросов	подготовка к занятиям	промежуточная аттестация	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1.	Раздел 1 Физкультурное образование с профессиональной направленностью	3			4								ОК -8
1.1	Тема 1 Легкая атлетика	3			2								ОК -8
1.2	Тема 2 Волейбол	3			2								ОК -8
2.	Раздел 2 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.	3			4								ОК -8
2.1	Тема 3 Гимнастика	3			2								ОК -8
2.2	Тема 4 Легкая атлетика	3			2								ОК -8
3.	Раздел 3 Физкультурное образование с профессиональной направленностью	3			4								ОК -8
3.1	Тема 5 -6 Лыжная подготовка	3			4								ОК -8
4.	Раздел 4 Физкультурное образование с профессиональной направленностью	3			4								ОК -8
4.1	Тема 7 Легкая атлетика	3			2								ОК -8
4.2	Тема 8 Баскетбол	3			2								ОК -8
5.	Объем дисциплины в семестре	3			16							2	ОК-8
5.	Раздел 5 Физкультурное образование с профессиональной направленностью	4			8								ОК -8
5.1	Тема 9-10 Лыжная подготовка	4			4								ОК -8
5.2	Тема 11 Футбол	4			2								ОК -8

№ п/п	Наименования разделов и тем	Семестр	Объем работы по видам учебных занятий, академические часы										формируемых компетенций
			лекции	лабораторная работа	практические занятия	семинары	курсовое проектирование	рефераты (эссе)	индивидуальные домашние задания	самостоятельное изучение вопросов	подготовка к занятиям	промежуточная аттестация	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
5.3	Тема 12 О.Ф.П.	4			2								ОК-8
6.	Раздел 6 Физкультурное образование с профессиональной направленностью	4			8								ОК -8
6.1	Тема 13-14 Гимнастика	4			4								ОК -8
6.2	Тема 15-16 О.Ф.П.	4			4								ОК-8
7.	Объем дисциплины в семестре	4			16							2	ОК-8
7.	Раздел 7 Физкультурное образование с профессиональной направленностью	7			8								ОК -8
7.1	Тема 17 -18 Баскетбол	7			4								ОК -8
7.2	Тема 19-20 Волейбол	7			4								ОК -8
8	Раздел 8 Физкультурное образование с профессиональной направленностью	7			8								
8.1	Тема 21-22 Легкая атлетика	7			4								ОК -8
8.2	Тема 23-24 Гимнастика	7			4								ОК-8
9.	Объем дисциплины в семестре	7			16							2	ОК-8
10.	Раздел 9 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.	8			8								ОК -8
10.1	Тема 25-26 О.Ф.П.	8			4								ОК -8
10.2	Тема 27-28 Волейбол	8			4								ОК -8
11.	Раздел10Физкультурное образование с профессиональной направленностью.	8			8								
11.1	Тема 29-30 Баскетбол	8			4								ОК -8
11.2	Тема 31-32 Легкая атлетика	8			4								ОК -8
12.	Объем дисциплины в семестре	8			16							2	ОК -8

№ п/п	Наименования разделов и тем	Семестр	Объем работы по видам учебных занятий, академические часы										формируемых компетенций
			лекции	лабораторная работа	практические занятия	семинары	курсовое проектирование	рефераты (эссе)	индивидуальные домашние задания	самостоятельное изучение вопросов	подготовка к занятиям	промежуточная аттестация	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
13.	Всего по дисциплине				64							8	ОК -8

5. 2. Структура и содержание дисциплины

5.2.1- Темы лекций (не предусмотрены учебным планом)

5.2.1- Темы лабораторных работ (не предусмотрены учебным планом)

5.2.1- Темы практических занятий

№ п.п.	Наименование темы занятия	Объем академические часы
3 семестр		
ПЗ - 1	Легкая атлетика.	2
ПЗ – 2	Волейбол.	2
ПЗ – 3	Гимнастика	2
ПЗ – 4	Легкая атлетика	2
ПЗ – 5	Лыжная подготовка	2
ПЗ – 6	Лыжная подготовка	2
ПЗ – 7	Легкая атлетика	2
ПЗ - 8	Баскетбол	2
4 семестр		
ПЗ – 9	Лыжная подготовка	2
ПЗ – 10	Лыжная подготовка	2
ПЗ – 11	Футбол	2
ПЗ – 12	О.Ф.П. (общая физическая подготовка)	2
ПЗ – 13	Гимнастика	2
ПЗ – 14	Гимнастика	2
ПЗ – 15	О.Ф.П.	2
ПЗ – 16	О.Ф.П.	2
7 семестр		
ПЗ – 17	Баскетбол	2
ПЗ – 18	Баскетбол	2
ПЗ – 19	Волейбол	2
ПЗ – 20	Волейбол	2
ПЗ – 21	Легкая атлетика	2
ПЗ – 22	Легкая атлетика	2
ПЗ – 23	Гимнастика	2
ПЗ - 24	Гимнастика	2
8 семестр		
ПЗ – 25	О.Ф.П.	2
ПЗ – 26	О.Ф.П.	2
ПЗ – 27	Волейбол	2
ПЗ – 28	Волейбол	2
ПЗ – 29	Баскетбол	2
ПЗ – 30	Баскетбол	2
ПЗ – 31	Легкая атлетика	2

ПЗ – 32	Легкая атлетика	2
Промежуточная аттестация		6
Итого по дисциплине		72

5.2.4- Темы семинарских занятий (не предусмотрены учебным планом)

5.2.5- Курсовых работ (проектов) (не предусмотрены планом)

5.2.6- Темы рефератов (не предусмотрены)

5.2.7- Темы эссе (не предусмотрены)

5.2.8- Темы индивидуальных домашних заданий (не предусмотрены)

5.2.9- Вопросы для самостоятельного изучения (не предусмотрены)

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1 Основная литература, необходимая для освоения дисциплины

1. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты [Электронный ресурс] : учебник для вузов физической культуры.

Л.П.Матвеев – Москва: Советский спорт, 2010.-340 с. ЭБС «Книгафонд»

6.2 Дополнительная литература, необходимая для освоения дисциплины

1. Никитушкин В.Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта: учебник для вузов .Советский спорт . 2013 г.- 280 с.

2. Шамардин А.И., Фискалов В.Д., Зубарев Ю.А., Черкашин В.П. Организационные аспекты управления физкультурно-спортивным движением: учебное пособие .Советский спорт .2013 г.- 464 с.

6.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины и другие материалы к занятиям

Электронное учебное пособие включающее:

- методические указания по выполнению практических работ.

6. 4 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Самостоятельная работа обучающихся не предусмотрена.

6. 5 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

1. Open Office

6. 6 Перечень ресурсов информационных телекоммуникационной сети, «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. <http://www.knigafund.ru/> - ЭБС
5. <http://www.rsl.ru> Российская государственная библиотека (РГБ)
6. <http://www.edu.ru/> - федеральный портал российского образования. Нормативные материалы по образованию, учебно-методические материалы и ресурсы по всем направлениям, специальностям.
7. <http://www.infosport.ru/press/fkvot/> - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии Образования Российской Государственной Академии Физической Культуры.
8. <http://tpfk.infosport.ru> – Теория и практика физической культуры. Ежемесячный научно-теоретический журнал Государственного Комитета Российской Федерации по физической культуре и туризму, Российской Государственной Академии физической культуры

7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Занятия практического типа проводятся в легкоатлетическом манеже, оборудованном беговой дорожкой, футбольной и волейбольной площадками, ковром для борьбы, тренажерами, а так же в спортивном зале с баскетбольной и волейбольной площадками и в зале ритмической гимнастики, оборудованном зеркальной стенкой и ковром.

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине представлен в Приложении 1.

Программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 09.03.01 Информатика и вычислительная техника, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 12.01.2016 г. №5

Разработал

В.В.Хабаров