

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

Рабочая программа дисциплины

Б.1.Б.20 Физическая культура и спорт

Направление подготовки (специальность) 27.03.04 Управление в технических системах

Профиль подготовки (специализация) Интеллектуальные системы обработки информации и управления

Квалификация выпускника бакалавр

Форма обучения очная

1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины Б.1.Б.20 «Физическая культура и спорт» являются:

- формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

- воспитание потребности в физическом самосовершенствовании и самовоспитании;

- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, повышение физической и умственной работоспособности;

- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

- 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 Б.1.Б.20 «Физическая культура и спорт» к базовой части. Требования к предшествующим знаниям представлены в таблице 2.1. Перечень дисциплин, для которых дисциплина «Б.1.Б.20 Физическая культура и спорт» является основополагающей, представлена в таблице 2.2

Таблица 2.1. Требования к пререквизитам дисциплины

Компетенция	Дисциплина
ОК - 8	Б1.В.17 Элективные курсы по физической культуре и спорту

Таблица 2.2. Требования к постреквизитам дисциплины

Компетенция	Дисциплина
ОК - 8	Б1.В.17 Элективные курсы по физической культуре и спорту Б3.Б.01 Защита выпускной квалификационной работы, включая подготовку к процедуре защиты и процедуру защиты (работа бакалавра)

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
<p>ОК-8 способностью использовать методы физического воспитания и укрепления здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Этап 1: основные положения о физической культуре в общекультурной и профессиональной подготовки студентов, о социально – биологических основах физической культуры, Этап 2: об основах здорового образа и стиля жизни, об оздоровительных системах, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте.</p>	<p>Этап 1: применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств Этап 2: Умения выделять различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.</p>	<p>Этап 1: практическими навыками и методами основы физической культуры Этап 2: практическими навыками и методами ведения здорового образа жизни.</p>

4. Объем дисциплины

Объем дисциплины «Б.1.Б.20 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 № 4		Семестр №5	
				КР	СР	КР	СР
1	2	3	4	5	6	9	10
1	Лекции (Л)						
2	Лабораторные работы (ЛР)						
3	Практические занятия (ПЗ)			34		34	
4	Семинары (С)						
5	Курсовое проектирование (КП)						
6	Рефераты (Р)						
7	Эссе (Э)						
8	Индивидуальные домашние задания (ИДЗ)						
9	Самостоятельное изучение вопросов (СИВ)						
10	Подготовка к занятиям (ПкЗ)						
11	Промежуточная аттестация			2		2	
12	Наименование вида промежуточной аттестации			зачет		зачет	
13	Всего	72		36		36	

№ п/п	Наименования разделов и тем	Семестр	Объем работы по видам учебных занятий, академические часы										Коды формируемых
			лекции	лабораторная работа	практические занятия	семинары	курсовое проектирован ие	рефераты (эссе)	домашние работы	самостоятель ное изучение вопросов	подготовка к занятиям	промежуточн ая аттестация	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	профессиональной направленностью												
6.1	Тема 18 -19 Баскетбол	5			4								ОК -8
6.2	Тема 20-21 Волейбол	5			4								ОК -8
6.3	Тема 22-23 Легкая атлетика	5			4								ОК -8
6.4	Тема 24-25 Гимнастика	5			4								ОК-8
7.	Раздел 6 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.	5			18								ОК -8
7.1	Тема 26-27 О.Ф.П.	5			4								ОК -8
7.2	Тема 28-29 Волейбол	5			4								ОК -8
7.3	Тема 30-31 Баскетбол	5			4								ОК -8
7.4	Тема 32-34 Легкая атлетика	5			6								ОК -8
8.	Объем дисциплины в семестре	5			34							2	ОК -8
9.	Всего по дисциплине				68							4	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
4 семестр		
ПЗ - 1	Легкая атлетика.	2
ПЗ – 2	Легкая атлетика.	2
ПЗ – 3	Легкая атлетика.	2
ПЗ – 4	Лыжная подготовка	2
ПЗ – 5	Лыжная подготовка	2
ПЗ – 6	Гимнастика	2
ПЗ – 7	Гимнастика	2
ПЗ - 8	Легкая атлетика.	2
ПЗ – 9	Легкая атлетика.	2
ПЗ – 10	Легкая атлетика.	2
ПЗ – 11	Волейбол	2
ПЗ – 12	Волейбол	2
ПЗ – 13	Легкая атлетика.	2
ПЗ – 14	Легкая атлетика.	2
ПЗ – 15	Легкая атлетика.	2
ПЗ – 16	Баскетбол	2
ПЗ - 17	Баскетбол	2
5 семестр		
ПЗ – 18	Баскетбол	2
ПЗ – 19	Баскетбол	2
ПЗ – 20	Волейбол	2
ПЗ – 21	Волейбол	2
ПЗ – 22	Легкая атлетика	2
ПЗ – 23	Легкая атлетика	2
ПЗ – 24	Гимнастика	2
ПЗ - 25	Гимнастика	2
ПЗ – 26	О.Ф.П.	2
ПЗ – 27	О.Ф.П.	2
ПЗ – 28	Волейбол	2
ПЗ – 29	Волейбол	2
ПЗ – 30	Баскетбол	2
ПЗ – 31	Баскетбол	2
ПЗ – 32	Легкая атлетика	2
ПЗ – 33	Легкая атлетика	2
ПЗ - 34	Легкая атлетика	2
Промежуточная аттестация		4
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. Семенов Л.А. Введение в научно-исследовательскую деятельность в сфере физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Семенов Л.А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2011.— 200 с. ЭБС «IPRbooks»
2. Естественно-научные основы физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебник/ А.Г. Катранов [и др.].— Электрон. текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2014.— 464 с. ЭБС «IPRbooks»

6.2 Дополнительная литература, необходимая для освоения дисциплины

1. Мельникова Н.Ю. История физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебник/ Мельникова Н.Ю., Трескин А.В.— Электрон. текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2013.— 392 с. ЭБС «IPRbooks»
2. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для академического бакалавриата / А. Е. Ловягина [и др.] ; под ред. А. Е. Ловягиной. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 531 с. ЭБС «ЮРАЙТ»

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
2. JoliTest (JTRun, JTEditor, TestRun)

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

1. <http://e.lanbook.com/> - ЭБС
 2. <http://rucont.ru/> - ЭБС
 3. <http://elibrary.ru/defaultx.asp> - ЭБС
 4. <http://www.rsl.ru> Российская государственная библиотека (РГБ)
 5. <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.

Оценочные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине представлены в Приложении 6.

Программа разработана в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 27.03.04 – Управление в технических системах, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 20 октября 2015 г. № 1172

Разработал :



В.В. Хабаров