

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

**Рабочая программа дисциплины**

**Б1.Б.25 Физическая культура и спорт**

**Направление подготовки (специальность): 35.03.04 Агрономия**

**Профиль подготовки: Селекция и генетика сельскохозяйственных культур**

**Квалификация выпускника: бакалавр**

**Форма обучения: очная**

## 1. Цели освоения дисциплины

**Целями освоения дисциплины «Б1.Б.25 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 «Б1.Б.25 «Физическая культура и спорт» к базовой части. Требования к предшествующим знаниям представлены в таблице 2.1. Перечень дисциплин, для которых дисциплина «Б1. Б.25 Физическая культура » является основополагающей, представлена в таблице 2.2

**Таблица 2.1. Требования к пререквизитам дисциплины**

Компетенция	Дисциплина
ОК-8	Программа среднего (полного) общего образования
ОК-8	Элективные курсы по физической культуре и спорту

**Таблица 2.2. Требования к постреквизитам дисциплины**

Компетенция	Дисциплина
ОК-8	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
<b>(ОК-8)</b> способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<p>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.</p> <p>Этап 2: знать об оздоровительных системах, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте.</p>	<p>Этап 1: уметь применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств.</p> <p>Этап 2: уметь применять различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.</p>	<p>Этап 1: владеть практическими навыками основ физической культуры.</p> <p>Этап 2: владеть практическими методами основ физической культуры.</p>

#### 4. Объем дисциплины

Объем дисциплины «Б1.Б.25 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 №8	
				КР	СР
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>7</b>	<b>8</b>
1	Лекции (Л)				
2	Лабораторные работы (ЛР)				
3	Практические занятия (ПЗ)	26		26	
4	Семинары(С)				
5	Курсовое проектирование (КП)				
6	Рефераты (Р)				
7	Эссе (Э)				
8	Индивидуальные домашние задания (ИДЗ)				
9	Самостоятельное изучение вопросов (СИВ)		44		44
10	Подготовка к занятиям (ПкЗ)				
11	Промежуточная аттестация		2	2	
12	Наименование вида промежуточной аттестации			Зачет	
13	Всего	72		28	44

#### 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										Коды формируемых компетенций
			лекции	лабораторная работа	практические занятия	семинары	курсовое проектирование	рефераты (эссе)	индивидуаль- ные домашние задания	самостоятель- ное изучение вопросов	подготовка к занятиям	промежуточ- ная аттестация	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1.	Раздел 1 Общая физическая подготовка	8			20			x		22		X	ОК-8
1.1.	Тема 1 Общая физическая подготовка	8			6			x		22		x	ОК-8
1.2	Тема 2 Гимнастика	8			6			x				x	ОК-8
1.3	Тема 3 Футбол	8			8			x				x	ОК-8
2.	Раздел 2 Баскетбол	8			6			x		22		X	ОК-8
2.1.	Тема 4 Баскетбол	8			6			x		22		x	ОК-8
8.	Контактная работа	8			26							2	ОК-8
9.	Самостоятельная работа	8								44			ОК-8
10.	Объем дисциплины в семестре	8			26							2	ОК-8
11.	Всего по дисциплине	72			26					44		2	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
	Семестр 8	
	Семестр 8	
ПЗ-1	Общая физическая подготовка	2
ПЗ-2	Общая физическая подготовка	2
ПЗ-3	Общая физическая подготовка	2
ПЗ-4	Гимнастика	2
ПЗ-5	Гимнастика	2
ПЗ-6	Гимнастика	2
ПЗ-7	Футбол	2
ПЗ-8	Футбол	2
ПЗ-9	Футбол	2
ПЗ-10	Футбол	2
ПЗ-11	Баскетбол	2
ПЗ-12	Баскетбол	2
ПЗ-13	Баскетбол	2
Итого по дисциплине		<b>26</b>

**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)**

№ п.п.	Наименования темы	Наименование вопросов	Объем, академические часы
1.	<b>Тема 1</b> Общая физическая подготовка	1. Развитие быстроты и ловкости 2. Развитие скоростной выносливости	22
2.	<b>Тема 4</b> Баскетбол	1. Обучение техники передачи баскетбольного мяча двумя руками от груди 2. Обучение техники передачи баскетбольного мяча двумя руками сверху	22
Итого по дисциплине			<b>44</b>

## 6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### **6.1 Основная учебная литература, необходимая для освоения дисциплины**

1. Тихонов А.М. Физическая культура. Системно-деятельностный подход в преподавании [Электронный ресурс] : направление подготовки: 050100 - «Педагогическое образование». Профиль подготовки: «Физическая культура». Квалификация (степень) выпускника: бакалавр / А.М. Тихонов, Д.Д. Кечкин. — Электрон. текстовые данные. — Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2013. — 104 с.
2. Ишмухаметов М.Г. Теория и методика оздоровительно-рекреационной физической культуры и спорта. Питание в здоровом образе жизни [Электронный ресурс] : учебное пособие. Специальность 050720 - «Физическая культура». Направление подготовки 050100 - «Педагогическое образование». Профиль подготовки - «Физическая культура» / М.Г. Ишмухаметов. — Электрон. текстовые данные. — Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2014. — 193 с.

### **6.2 Дополнительная учебная литература, необходимая для освоения дисциплины**

1. Физическая культура и спорт в современном мире. Проблемы и решения [Электронный ресурс] : материалы Международной научно-практической конференции «Физическая культура и спорт в современном мире. Проблемы и решения» (20 июня 2014 года) / Е.З. Абросимов [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2014. — 181 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**

Электронное учебное пособие включающее:

- методические рекомендации по самостоятельному изучению вопросов;

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

JoliTest (JTRun, JTEditor, TestRun), Свидетельство о государственной регистрации программы для ЭВМ «Система тестирования знаний «JoliTest» от 16.06.2009 № 2009613178

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

1. ЭБС IPRbooks, [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru)
2. ЭБС Издательства «Лань», [www.e.lanbook.com](http://www.e.lanbook.com)
3. ЭБС Юрайт, [www.biblio-online.ru](http://www.biblio-online.ru)

## **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 35.03.04 «Агрономия», утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 4 декабря 2015 г. № 1431.

Разработал:

Р.Р. Сметанкин