

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

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.Б.19 Физическая культура и спорт

Направление подготовки 35.03.06 Агроинженерия

Профиль подготовки «Электрооборудование и электротехнологии»

Квалификация выпускника бакалавр

Форма обучения очная

1. Цели освоения дисциплины

- Целями освоения дисциплины «Б1. Б . 19 Физическая культура и спорт» являются:
- понимание роли физической культуры и развития личности и подготовке ее к 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.
 - понимание роли физической культуры в развитие личности и подготовке 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.19 Физическая культура и спорт» включена в цикл дисциплин базовой части. Требования к предшествующим знаниям представлены в таблице 2.1. Перечень дисциплин, для которых дисциплина «Б1.Б.19 Физическая культура и спорт» является основополагающей, представлена в таблице 2.2.

Таблица 2.1 – Требования к пререквизитам дисциплины

Компетенция	Дисциплина
ОК-8	Программа среднего (полного) общего образования

Таблица 2.2 – Требования к постреквизитам дисциплины

Компетенция	Дисциплина
ОК-8	Элективные курсы по физической культуре и спорту 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
ОК-8 способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<p>Этап 1 знать основные положения физической культуре общекультурной и профессиональной подготовки студентов, социально биологических основах физической культуры, основах здорового образа и стиля жизни.</p> <p>Этап 2 знать об оздоровительных системах, профессионально-прикладной физической подготовке студентов, общедоступном и профессиональном спорте.</p>	<p>Этап 1 уметь применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствовани е 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 «Б.1 Б.19 Физическая культура и спорт» 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 №5	
				КР	СР	КР	СР
1	2	3	4	5	6	7	9
1	Лекции (Л)						
2	Лабораторные работы (ЛР)						
3	Практические занятия (ПЗ)	28		12		12	
4	Семинары(С)						
5	Курсовое проектирование (КП)						
6	Рефераты (Р)						
7	Эссе (Э)						
8	Индивидуальные домашние задания (ИДЗ)						
9	Самостоятельное изучение вопросов (СИВ)		44		22		22
10	Подготовка к занятиям (ПкЗ)						
11	Промежуточная аттестация	4		2		2	
12	Наименование вида промежуточной аттестации	х	х	зачет		зачет	
13	Всего	72	44	14	22	14	22

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)	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 Легкая атлетика	3			12			x		12		x	ОК-8
1.1.	Тема 1 Легкая атлетика	3			4			x		4		x	ОК-8
1.2.	Тема 2 Волейбол	3			6			x		4		x	ОК-8
1.3.	Тема 3 Баскетбол	3			2			x		4		x	ОК-8
2.	Раздел 2 Общая физическая подготовка	3			2			x		10		x	ОК-8
2.1.	Тема 4 Общая физическая подготовка	3			2			x		10		x	ОК-8
3.	Контактная работа	x			14			x				2	x
4.	Самостоятельная работа	x								22			x
5.	Объем дисциплины в семестре	x			14							2	x
6.	Раздел 3 Общая физическая подготовка	5			8			x		12		x	ОК-8
6.2.	Тема 5	5			4			x		4		x	ОК-8

№ 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)	индивидуальные домашние	самостоятельное изучение вопросов	подготовка к занятиям	промежуточная аттестация	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	Общая физическая подготовка												
6.3	Тема 6 Гимнастика	5			4			x		4		x	ОК-8
6.4	Тема 7 Футбол	5			2			x		4		x	ОК-8
7.	Раздел 4 Баскетбол	5			4			x		10		x	ОК-8
7.1.	Тема 8 Баскетбол	5			4			x		10		x	ОК-8
8.	Контактная работа	x			14							2	x
9.	Самостоятельная работа	x								22			x
10.	Объем дисциплины в семестре	x			14							2	x
11.	Всего по дисциплине	x			28					44		4	x

5.2. содержание дисциплины

5.2.1 – Темы лекций (не предусмотрено учебным планом)

5.2.2 – Темы лабораторных работ (не предусмотрено учебным планом)

5.2.3 – Темы практических занятий

№ п.п.	Наименование темы занятия	Объем, академические часы
ПЗ-1	Легкая атлетика	2
ПЗ-2	Легкая атлетика	2
ПЗ-3	Волейбол	2
ПЗ-4	Волейбол	4
ПЗ-5	Баскетбол	2
ПЗ-6	Общая физическая подготовка	2
	Семестр 5	
ПЗ-7	Общая физическая подготовка	2
ПЗ-8	Общая физическая подготовка	2
ПЗ-9	Гимнастика	4
ПЗ-10	Футбол	2
ПЗ-11	Баскетбол	2
ПЗ-12	Баскетбол	2
Итого по дисциплине		28

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

№ п.п.	Наименования темы	Наименование вопросов	Объем, академические часы
1.	Тема 1 Легкая атлетика	1. Изучение техники бега на короткие дистанции. 2. Изучение техники низкого старта	4
2.	Тема 2 Волейбол	1. Изучение техники стойки волейболиста. 2. Изучение техники перемещений волейболиста.	4
3.	Тема 3 Баскетбол	1. Обучение технике передачи мяча двумя руками сверху. 2. Обучение технике передачи мяча в прыжке.	4

4.	Тема 4 Общая физическая подготовка	1. Развитие быстроты и ловкости 2. Развитие скоростной выносливости	10
5.	Тема 5 Общая физическая подготовка	1. Воспитание силовых качеств, средством упражнений на тренажерах. 2. Воспитание гибкости средством упражнений на гимнастической стенке.	4
6.	Тема 6 Гимнастика	1. Изучение техники перекатов и кувырков. 2. Изучение техники подъема переворотом силой на низкой перекладине.	4
7.	Тема 7 Футбол	1. Обучение техники ударов по мячу ногой. 2. Обучение техники передачи мяча.	4
8.	Тема 8 Баскетбол	1. Обучение техники передачи баскетбольного мяча двумя руками от груди 2. Обучение техники передачи баскетбольного мяча двумя руками сверху	10
Итого по дисциплине			44

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1 Основная учебная литература, необходимая для освоения дисциплины

1. Стриханов, М.Н. Физическая культура и спорт в вузах : учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. — 2-е изд. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 153 с. — (Серия : Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-05852-9 ЭБС «Юрайт».

2. Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта : учебное пособие для академического бакалавриата / Г. А. Ямалетдинова ; под науч. ред. И. В. Еркомашвили. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 244 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-05600-6. ЭБС «Юрайт».

6.2 Дополнительная учебная литература, необходимая для освоения дисциплины

1. Германов, Г.Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / Г. Н. Германов. — 2-е изд., пер. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 224 с. — (Серия : Бакалавр и магистр. Модуль.). — ISBN 978-5-534-04492-8. ЭБС «Юрайт».

2. Никитушкин, В.Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии : учебное пособие / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 246 с. — (Серия : Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08021-6. 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 (не предусмотрено)

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 23.04.2018 № 2018615030

Open Office Лицензия на право использования программного обеспечения Open Office\Apache, Версия 2.0, от января 2004г.

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

Занятия семинарского типа (практические занятия) проводятся в легкоатлетическом манеже, укомплектованном специализированной мебелью: электронное табло, гимнастические скамейки, брусья, перекладина, грифы с набором весовых дисков, борцовский ковер, гандбольные ворота, волейбольные стойки и сетка, столы настольного тенниса, оборудованная беговая дорожка, мячи разные, а так же в спортивном зале укомплектованном специализированной мебелью: баскетбольная и волейбольная площадки, мячи разные, гимнастические скамейки и гимнастическая стенка и в зале ритмической гимнастики укомплектованном специализированной мебелью: ковер для ритмической гимнастики, зеркальная стенка, музыкальный центр.

Консультации и самостоятельная работа проводится в преподавательской кафедры оснащенной столами, стульями, компьютерами. Проводятся индивидуально и подгруппой.

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

Программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 35.03.06 Агроинженерия, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 20 октября 2015 г. № 1172

Разработал(а): _____ В.Ю. Зиамбетов