

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

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.17 ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

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.В.17 Элективные курсы по физической культуре и спорту» 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 развитии 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.В.17 Элективные курсы по физической культуре и спорту» включена в цикл дисциплин вариативной части. Требования к предшествующим знаниям представлены в таблице 2.1. Перечень дисциплин, для которых дисциплина «Б1.В.17 Элективные курсы по физической культуре и спорту» является основополагающей, представлена в таблице 2.2.

Таблица 2.1. Требования к пререквизитам дисциплины

Компетенция	Дисциплина
ОК-8	Физическая культура и спорт

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
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 совершенствовани е 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. Организационно методические данные дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины «Б1.В.17 Элективные курсы по физической культуре и спорту» составляет 328 часов, 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 № 1		Семестр № 2		Семестр № 3		Семестр № 4		Семестр № 5		Семестр № 6	
				КР	СР	КР	СР	КР	СР	КР	СР	КР	СР	КР	СР
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1	Лекции (Л)														
2	Лабораторные работы (ЛР)														
3	Практические занятия (ПЗ)	300		50		70		36		66		26		52	
4	Семинары(С)														
5	Курсовое проектирование (КП)														
6	Рефераты (Р)														
7	Эссе (Э)														
8	Индивидуальные домашние задания (ИДЗ)														
9	Самостоятельное изучение вопросов (СИВ)	20			14						2		4		
10	Подготовка к занятиям (ПкЗ)														
11	Промежуточная аттестация	8		2		2				2				2	
12	Наименование вида промежуточной аттестации	х	х	зачет		зачет				зачет				зачет	
13	Всего	328	20	52	14	72		36		68	2	26	4	54	

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 (Модуль 1) Легкая атлетика.	1			26			x		14		x	ОК-8
1.1.	Тема 1 Легкая атлетика.	1			16			x		8		x	ОК-8
1.2.	Тема 2 Волейбол.	1			10			x		6		x	ОК-8
2.	Раздел 2(Модуль 2) Спорт игры	1			24			x				x	ОК-8
2.1.	Тема 3 Футбол	1			10			x				x	ОК-8
2.2.	Тема 4 Общая физическая подготовка	1			14			x				x	ОК-8
3.	Контактная работа	1			50			x				2	x
4.	Самостоятельная работа	1						x		14			x

[illegible]

№ 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
10.	Объем дисциплины в семестре	2			70							2	х
11.	Раздел 5(Модуль5) Легкая атлетика	3			36			х				х	ОК-8
11.1.	Тема 12 Легкая атлетика	3			16			х				х	ОК-8
11.2.	Тема 13 Волейбол.	3			10			х				х	ОК-8
11.3.	Тема 14 Баскетбол.	3			10			х				х	ОК-8
13.	Контактная работа	3			36							х	х
14.	Самостоятельная работа	3										х	х
15.	Объем дисциплины в семестре	3			36							х	х
16.	Раздел 6 (Модуль 6) Лыжная подготовка	4			36			х				х	ОК-8
16.1.	Тема 15 Лыжная подготовка	4			6			х				х	ОК-8
16.2.	Тема 16 Общая физическая подготовка	4			10			х				х	ОК-8
16.3.	Тема 17 Гимнастика	4			10			х				х	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 задания	самостоятельное изучение вопросов	подготовка к занятиям	промежуточная аттестация	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
16.4.	Тема 18 Футбол	4			10			x				x	ОК-8
17.	Раздел 7 (Модуль 7) Спорт игры	4			30			x				x	ОК-8
17.1.	Тема 19 Баскетбол	4			10			x				x	ОК-8
17.2.	Тема 20 Волейбол	4			10			x				x	ОК-8
17.3.	Тема 21 Легкая атлетика	4			10			x		2		x	ОК-8
18.	Контактная работа	4			66							x	x
19.	Самостоятельная работа	4								2		x	x
20.	Объем дисциплины в семестре	4			66					2		2	x
21.	Раздел 8 (Модуль 8) Легкая атлетика	5			16			x				x	ОК-8
21.1.	Тема 22 Легкая атлетика.	5			10			x				x	ОК-8
21.2.	Тема 23 Волейбол.	5			6			x				x	ОК-8
22.	Раздел 9(Модуль 9) Футбол	5			10			x				x	ОК-8
22.1.	Тема 24	5			10			x				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 задания	самостоятельное изучение вопросов	подготовка к занятиям	промежуточная аттестация	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	Футбол												
22.2.	Тема 25 Лыжная подготовка	5						х		4		х	ОК-8
23	Контактная работа	5			26							х	х
24	Самостоятельная работа	5										х	х
25	Объем дисциплины в семестре	5			26					4		х	х
26.	Раздел 10(Модуль 10) Лыжная подготовка	6			26			х				х	ОК-8
26.1.	Тема 26 Лыжная подготовка	6			6			х				х	ОК-8
26.2.	Тема 27 Волейбол.	6			10			х				х	ОК-8
26.3.	Тема 28 Баскетбол.	6			10			х				х	ОК-8
27.	Раздел 11 (Модуль 11) Легкая атлетика	6			26			х				х	ОК-8
27.1.	Тема 29 Футбол	6			10			х				х	ОК-8
27.2.	Тема 30 Гимнастика	6			6			х				х	ОК-8
27.3.	Тема 31 Легкая атлетика	6			10			х				х	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 задания	самостоятельное изучение вопросов	подготовка к занятиям	промежуточная аттестация	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
28.	Контактная работа	6			52			х				2	х
29.	Самостоятельная работа	6											х
30.	Объем дисциплины в семестре	6			52							2	х
31.	Всего по дисциплине	х			320					20		8	х

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 лекции	Объем, академические часы
ПЗ-1	Легкая атлетика	2
ПЗ-2	Легкая атлетика	2
ПЗ-3	Легкая атлетика	2
ПЗ-4	Легкая атлетика	2
ПЗ-5	Легкая атлетика	2
ПЗ-6	Легкая атлетика	2
ПЗ-7	Легкая атлетика	2
ПЗ-8	Легкая атлетика	2
ПЗ-9	Волейбол	2
ПЗ-10	Волейбол	2
ПЗ-11	Волейбол	2
ПЗ-12	Волейбол	2
ПЗ-13	Волейбол	2
ПЗ-14	Футбол	2
ПЗ-15	Футбол	2
ПЗ-16	Футбол	2
ПЗ-17	Футбол	2
ПЗ-18	Футбол	2
ПЗ-19	О.Ф.П.	2
ПЗ-20	О.Ф.П.	2
ПЗ-21	О.Ф.П.	2
ПЗ-22	О.Ф.П.	2
ПЗ-23	О.Ф.П.	2
ПЗ-24	О.Ф.П.	2
ПЗ-25	О.Ф.П.	2
	Семестр 2	
ПЗ-26	Лыжная подготовка	2
ПЗ-27	Лыжная подготовка	2
ПЗ-28	Лыжная подготовка	2
ПЗ-29	Общая физическая подготовка	2
ПЗ-30	Общая физическая подготовка	2
ПЗ-31	Общая физическая подготовка	2
ПЗ-32	Общая физическая подготовка	2
ПЗ-33	Общая физическая подготовка	2
ПЗ-34	Гимнастика	2
ПЗ-35	Гимнастика	2
ПЗ-36	Гимнастика	2
ПЗ-37	Гимнастика	2
ПЗ-38	Гимнастика	2
ПЗ-39	Футбол	2
ПЗ-40	Футбол	2
ПЗ-41	Футбол	2
ПЗ-42	Футбол	2

ПЗ-43	Футбол	2
ПЗ-44	Баскетбол	2
ПЗ-45	Баскетбол	2
ПЗ-46	Баскетбол	2
ПЗ-47	Баскетбол	2
ПЗ- 48	Баскетбол	2
ПЗ-49	Волейбол	2
ПЗ-50	Волейбол	2
ПЗ-51	Волейбол	2
ПЗ-52	Волейбол	2
ПЗ-53	Волейбол	2
ПЗ-54	Легкая атлетика	2
ПЗ-55	Легкая атлетика	2
ПЗ-56	Легкая атлетика	2
ПЗ-57	Легкая атлетика	2
ПЗ-58	Легкая атлетика	2
ПЗ-59	Легкая атлетика	2
ПЗ-60	Легкая атлетика	2
	Семестр 3	
ПЗ-61	Легкая атлетика	2
ПЗ-62	Легкая атлетика	2
ПЗ-63	Легкая атлетика	2
ПЗ-64	Легкая атлетика	2
ПЗ-65	Легкая атлетика	2
ПЗ-66	Легкая атлетика	2
ПЗ-67	Легкая атлетика	2
ПЗ-68	Легкая атлетика	2
ПЗ-69	Волейбол	
ПЗ-70	Волейбол	2
ПЗ-71	Волейбол	2
ПЗ-72	Волейбол	2
ПЗ-73	Волейбол	2
ПЗ-74	Баскетбол	2
ПЗ-75	Баскетбол	2
ПЗ-76	Баскетбол	2
ПЗ-77	Баскетбол	2
ПЗ-78	Баскетбол	2
	Семестр 4	
ПЗ-79	Лыжная подготовка	2
ПЗ-80	Лыжная подготовка	2
ПЗ-81	Лыжная подготовка	2
ПЗ-82	Общая физическая подготовка	2
ПЗ-83	Общая физическая подготовка	2
ПЗ-84	Общая физическая подготовка	2
ПЗ-85	Общая физическая подготовка	2
ПЗ-86	Общая физическая подготовка	2
ПЗ-87	Гимнастика	2
ПЗ-88	Гимнастика	2
ПЗ-89	Гимнастика	2
ПЗ-90	Гимнастика	2

ПЗ-91	Гимнастика	2
ПЗ-92	Футбол	2
ПЗ-93	Футбол	2
ПЗ-94	Футбол	2
ПЗ-95	Футбол	2
ПЗ-96	Футбол	2
ПЗ-97	Баскетбол	2
ПЗ-98	Баскетбол	2
ПЗ-99	Баскетбол	2
ПЗ-100	Баскетбол	2
ПЗ-101	Баскетбол	2
ПЗ-102	Волейбол	2
ПЗ-103	Волейбол	2
ПЗ-104	Волейбол	2
ПЗ-105	Волейбол	2
ПЗ-106	Волейбол	2
ПЗ-107	Легкая атлетика	2
ПЗ-108	Легкая атлетика	2
ПЗ-109	Легкая атлетика	2
ПЗ-110	Легкая атлетика	2
ПЗ-111	Легкая атлетика	2
	Семестр 5	
ПЗ-112	Легкая атлетика	2
ПЗ-113	Легкая атлетика	2
ПЗ-114	Легкая атлетика	2
ПЗ-115	Легкая атлетика	2
ПЗ-116	Легкая атлетика	2
ПЗ-117	Волейбол	2
ПЗ-118	Волейбол	2
ПЗ-119	Волейбол	2
ПЗ-120	Футбол	2
ПЗ-121	Футбол	2
ПЗ-122	Футбол	2
ПЗ-123	Футбол	2
ПЗ-124	Футбол	2
	Семестр 6	
ПЗ-125	Лыжная подготовка	2
ПЗ-126	Лыжная подготовка	2
ПЗ-127	Лыжная подготовка	2
ПЗ-128	Волейбол	2
ПЗ-129	Волейбол	2
ПЗ-130	Волейбол	2
ПЗ-131	Волейбол	2
ПЗ-132	Волейбол	2
ПЗ-133	Баскетбол	2
ПЗ-134	Баскетбол	2
ПЗ-135	Баскетбол	2
ПЗ-136	Баскетбол	2
ПЗ-137	Баскетбол	2
ПЗ-138	Футбол	2

ПЗ-139	Футбол	2
ПЗ-140	Футбол	2
ПЗ-141	Футбол	2
ПЗ-142	Футбол	2
ПЗ-143	Гимнастика	2
ПЗ-144	Гимнастика	2
ПЗ-145	Гимнастика	2
ПЗ-146	Легкая атлетика	2
ПЗ-147	Легкая атлетика	2
ПЗ-148	Легкая атлетика	2
ПЗ-149	Легкая атлетика	2
ПЗ-150	Легкая атлетика	2
Итого		300

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. Воспитание выносливости средством кроссовой подготовки 2. Совершенствование техники бега по дистанции	8
2.	Тема 2 Волейбол	1. Обучение технике передачи мяча двумя руками сверху 2. Обучение технике верхней передачи	6
3.	Тема 26 Легкая атлетика	1. Изучение техники бега на короткие дистанции. 2. Изучение техники низкого старта	2
4.	Тема 30 Лыжная подготовка	1. Обучение строевым приемам 2. Изучение техники передвижения на лыжах	4
Итого по дисциплине			20

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. Ермайшвили. — 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

Самостоятельная работа обучающихся не предусмотрена учебным планом.

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

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 (лабораторные работы) 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.

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 преподаватель _____ В.Ю. Зиамбетов