

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

**Рабочая программа дисциплины**

**Б1. Б.26 Физическая культура и спорт**

**Направление подготовки: 35.03.07 - Технология производства и переработки  
с.-х. продукции**

**Профиль подготовки: «Хранение и переработка с.-х. продукции»**

**Квалификация выпускника: бакалавр**

**Форма обучения: очная**

## 1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Б1.Б.26 Физическая культура» 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.26 «Физическая культура» к базовой части. Требования к предшествующим знаниям представлены в таблице 2.1. Перечень дисциплин, для которых дисциплина «Б1. Б.26 Физическая культура» является основополагающей, представлена в таблице 2.2

**Таблица 2.1. Требования к пререквизитам дисциплины**

Компетенции	Дисциплина
ОК-8	Элективные курсы по физической культуре и спорту

**Таблица 2.2. Требования к постреквизитам дисциплины**

Компетенции	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	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	Этап 1 уметь применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических	Этап 1 владеть практическим и навыками основ физической культуры Этап 2 владеть

социальной и профессиональной деятельности	жизни. Этап 2 знать об оздоровительных системах, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте.	способностей и качеств. Этап 2 уметь применять различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.	практическим и методами основ физической культуры.
--	---	--	--

#### 4. Объем дисциплины

Объем дисциплины «Б1. Б.26 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 №7	
				КР	СР
1	2	3	4	7	8
1	Лекции (Л)				
2	Лабораторные работы (ЛР)				
3	Практические занятия (ПЗ)	14		14	
4	Семинары(С)				
5	Курсовое проектирование (КП)				
6	Рефераты (Р)				
7	Эссе (Э)				
8	Индивидуальные домашние задания (ИДЗ)				
9	Самостоятельное изучение вопросов (СИБ)		20		20
10	Подготовка к занятиям (ПкЗ)				
11	Промежуточная аттестация	2		2	
12	Наименование вида промежуточной аттестации			Зачет	
13	Всего	16	20	16	20

#### 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
<b>1</b>	<b>Раздел 1Общая физическая подготовка</b>	<b>7</b>			<b>10</b>			<b>х</b>		<b>10</b>		<b>Х</b>	<b>ОК-8</b>
1.1	Тема 1Общая физическая подготовка	7			4			х		4		х	ОК-8
1.2	Тема 2Гимнастика	7			2			х		2		х	ОК-8
1.3	Тема 3Футбол	7			4			х		4		х	ОК-8
<b>2</b>	<b>Раздел 2Баскетбол</b>	<b>7</b>			<b>4</b>			<b>х</b>		<b>10</b>		<b>Х</b>	<b>ОК-8</b>
2.1	Тема 4Баскетбол	7			4			х		10		х	ОК-8
<b>3</b>	<b>Контактная работа</b>	<b>Х</b>			<b>14</b>							<b>2</b>	<b>х</b>
<b>4</b>	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>Х</b>								<b>20</b>			<b>х</b>
<b>5</b>	<b>Объем дисциплины в семестре</b>	<b>Х</b>			<b>14</b>							<b>2</b>	<b>х</b>
<b>6</b>	<b>Всего по дисциплине</b>	<b>Х</b>			<b>14</b>					<b>20</b>		<b>2</b>	<b>х</b>

## 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
Семестр 7		
ПЗ-1	Общая физическая подготовка	2
ПЗ-2	Общая физическая подготовка	2
ПЗ-3	Гимнастика	2
ПЗ-4	Футбол	2
ПЗ-5	Футбол	2
ПЗ-6	Баскетбол	2
ПЗ-7	Баскетбол	2
Итого по дисциплине		<b>14</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

№ п.п.	Наименования темы	Наименование вопросов	Объем, академические часы
1	<b>Тема 5</b> Общая физическая подготовка	1. Воспитание силовых качеств, средством упражнений на тренажерах. 2. Воспитание гибкости средством упражнений на гимнастической стенке.	4
2	<b>Тема 6</b> Гимнастика	1. Изучение техники перекатов и кувырков. 2. Изучение техники подъема переворотом силой на низкой перекладине.	2
3	<b>Тема 7</b> Футбол	1. Обучение техники ударов по мячу ногой. 2. Обучение техники передачи мяча.	4
4	<b>Тема 8</b> Баскетбол	1. Обучение техники передачи баскетбольного мяча двумя руками от груди 2. Обучение техники передачи баскетбольного мяча двумя руками сверху	10
Итого по дисциплине			<b>20</b>

## **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» <http://www.knigafund.ru/books/172696>

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

1.Брискин Ю.А Адаптивный спорт [Электронный ресурс]: Ю.А.Брискин, С.П.Евсеев, А.В. Передеркин. – Москва: Советский спорт, 2010.-315 с. ЭБС «Лань» [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=4083](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=4083)

### **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 для студентов по самостоятельному изучению вопросов;

### **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://www.knigafund.ru/> - ЭБС  
2. <http://e.lanbook.com/> - ЭБС  
3. <http://rucont.ru/> - ЭБС  
4. <http://elibrary.ru/defaultx.asp> - 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, оборудованном 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 6.

Программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 35.03.07 – Технология производства и переработки с.-х. продукции, профиль: «Хранение и переработка с.-х. продукции», утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 20 октября 2015 г. № 1172

Разработал

Э.Б. Шункаров