

**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 № 5		Семестр №7	
				КР	СР	КР	СР
1	2	3	4	5	6	7	8
1	Лекции (Л)						
2	Лабораторные работы (ЛР)						
3	Практические занятия (ПЗ)	28		14		14	
4	Семинары(С)						
5	Курсовое проектирование (КП)						
6	Рефераты (Р)						
7	Эссе (Э)						
8	Индивидуальные домашние задания (ИДЗ)						
9	Самостоятельное изучение вопросов (СИВ)		42		22		20
10	Подготовка к занятиям (ПкЗ)						
11	Промежуточная аттестация					2	
12	Наименование вида промежуточной аттестации					Зачет	
13	Всего	72		14	22	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
1.	Раздел 1 Легкая атлетика	3			10			x		12		x	ОК-8
1.1.	Тема 1Легкая атлетика	3			4			x		4		x	ОК-8
1.2.	Тема 2Волейбол	3			4			x		4		x	ОК-8
1.3.	Тема 3Баскетбол	3			2			x		4		x	ОК-8
2.	Раздел 2Общая физическая подготовка	3			4			x		10		x	ОК-8
2.1.	Тема 4Общая физическая подготовка	3			4			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								x
6.	Раздел 3Общая физическая подготовка	7			10			x		10		X	ОК-8
6.2.	Тема 5Общая физическая подготовка	7			4			x		4		x	ОК-8
6.3	Тема 6Гимнастика	7			2			x		2		x	ОК-8
6.4	Тема 7Футбол	7			4			x		4		x	ОК-8
7.	Раздел 4Баскетбол	7			4			x		10		X	ОК-8
7.1.	Тема 8Баскетбол	7			4			x		10		x	ОК-8
8.	Контактная работа	X			14							2	x
9.	Самостоятельная работа	X								20			x
10.	Объем дисциплины в семестре	X			14							2	x
11.	Всего по дисциплине	X			28					42		2	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
Семестр 5		
ПЗ-1	Легкая атлетика	2
ПЗ-2	Легкая атлетика	2
ПЗ-3	Волейбол	2
ПЗ-4	Волейбол	2
ПЗ-5	Баскетбол	2
ПЗ-6	Общая физическая подготовка	2
ПЗ-7	Общая физическая подготовка	2
Семестр 7		
ПЗ-8	Общая физическая подготовка	2
ПЗ-9	Общая физическая подготовка	2
ПЗ-10	Гимнастика	2
ПЗ-11	Футбол	2
ПЗ-12	Футбол	2
ПЗ-13	Баскетбол	2
ПЗ-14	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, академически е 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.	2
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			42

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

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