

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

**Рабочая программа дисциплины**

**Б 1. В.20 Элективные курсы по физической культуре и спорту**

**Направление подготовки:** 36.03.01 «Ветеринарно – санитарная экспертиза»

**Профиль подготовки:** Ветеринарно – санитарная экспертиза

**Квалификация выпускника:** бакалавр

**Форма обучения:** очная

## 1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Б 1. В.20 Элективные курсы по физической культуре и спорту» являются:

- понимание роли физической культуры в развитии личности и подготовки 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 «Б 1. В.20 Элективные курсы по физической культуре и спорту» относится к вариативной части. Требования к предшествующим знаниям представлены в таблице 2.1. Перечень дисциплин, для которых дисциплина «Б 1. В.20 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	Программа среднего (полного) общего образования.

**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.	<b>Этап 1:</b> 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. <b>Этап 2:</b> знать об оздоровительных системах, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте.	<b>Этап 1:</b> уметь применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств. <b>Этап 2:</b> уметь применять различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.	<b>Этап 1:</b> владеть практическими навыками основ физической культуры. <b>Этап 2:</b> владеть практическими методами основ физической культуры.

#### 4. Объем дисциплины

Объем дисциплины «Б 1. В.20 Элективные курсы по физической культуре и спорту» составляет 328 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 № 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)	284	-	44	-	42	-	44	-	44	-	22	-	88	-
4	Семинары (С)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
5	Курсовое проектирование (КП)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6	Рефераты (Р)	-	36	-	8	-	6	-	8	-	6	-	8	-	-
7	Эссе (Э)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8	Индивидуальные домашние задания (ИДЗ)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
9	Самостоятельное изучение вопросов (СИБ)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
10	Подготовка к занятиям (ПкЗ)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
11	Промежуточная аттестация	8	-	2	-	2	-	2	-	-	-	-	-	2	-
12	Наименование вида промежуточной аттестации	-	-	зачет		зачет		зачет		-		-		зачет	
13	Всего	292	36	46	8	44	6	46	8	44	6	22	8	90	-

## 5. Структура и содержание дисциплины

Структура дисциплины представлена в таблице 5.1







№ п/п	Наименования разделов и тем	Семестр	Объем работы по видам учебных занятий, академические часы										Коды формируемых
			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
17.2	<b>Тема 142-144</b> Волейбол	6	-	-	6	-	-	-	-	-	-	-	ОК -8
17.3	<b>Тема 145-147</b> Спортивные игры (футбол)	6	-	-	6	-	-	-	-	-	-	-	ОК -8
17.4	<b>Тема 148-151</b> Гимнастика	6	-	-	8	-	-	-	-	-	-	-	ОК -8
17.5	<b>Тема 152-155</b> О.Ф.П.	6	-	-	8	-	-	-	-	-	-	-	ОК -8
17.6	<b>Тема 156-160</b> Легкая атлетика	6	-	-	10	-	-	-	-	-	-	-	ОК -8
18.	<b>Объем дисциплины в семестре</b>	<b>6</b>	-	-	<b>88</b>	-	-	-	-	-	-	<b>2</b>	<b>ОК -8</b>
19.	<b>Всего по дисциплине</b>	-	-	-	<b>284</b>	-	-	-	-	-	-	<b>8</b>	<b>ОК -8</b>

## 5. 2. Структура и содержание дисциплины

5.2.1- Темы лекций (не предусмотрены РПД)

5.2.2- Темы лабораторных работ (не предусмотрены РПД)

5.2.3- Темы практических занятий

№ п.п.	Наименование темы занятий	Объем, Академические часы
1 семестр		
ПЗ - 1	Легкая атлетика.	2
ПЗ - 2	Легкая атлетика.	2
ПЗ - 3	Легкая атлетика.	2
ПЗ - 4	Легкая атлетика.	2
ПЗ - 5	Волейбол.	2
ПЗ - 6	Волейбол.	2
ПЗ -7	Волейбол.	2
ПЗ -8	Баскетбол	2
ПЗ -9	Баскетбол	2
ПЗ -10	Баскетбол	2
ПЗ -11	Баскетбол	2
ПЗ -12	Спортивные игры (футбол)	2
ПЗ -13	Спортивные игры (футбол)	2
ПЗ -14	Спортивные игры (футбол)	2
ПЗ -15	Гимнастика	2
ПЗ -16	Гимнастика	2
ПЗ -17	Гимнастика	2
ПЗ -18	Гимнастика	2
ПЗ -19	Легкая атлетика	2
ПЗ -20	Легкая атлетика	2
ПЗ -21	Легкая атлетика	2
ПЗ -22	Легкая атлетика	2
2 семестр		
ПЗ -23	Лыжный спорт	2
ПЗ -24	Лыжный спорт	2
ПЗ -25	Лыжный спорт	2
ПЗ -26	Лыжный спорт	2
ПЗ -27	Лыжный спорт	2
ПЗ -28	О.Ф.П. (общая физическая подготовка)	2
ПЗ -29	О.Ф.П. (общая физическая подготовка)	2
ПЗ -30	О.Ф.П. (общая физическая подготовка)	2
ПЗ -31	Гимнастика	2

ПЗ -32	Гимнастика	2
ПЗ -33	Спортивные игры (футбол)	2
ПЗ -34	Баскетбол	2
ПЗ -35	Баскетбол	2
ПЗ -36	Волейбол	2
ПЗ -37	Волейбол	2
ПЗ -38	Волейбол	2
ПЗ -39	Легкая атлетика	2
ПЗ -40	Легкая атлетика	2
ПЗ -41	Легкая атлетика	2
ПЗ -42	Легкая атлетика	2
ПЗ -43	Легкая атлетика	2
3 семестр		
ПЗ -44	Легкая атлетика	2
ПЗ -45	Легкая атлетика	2
ПЗ -46	Легкая атлетика	2
ПЗ -47	Волейбол.	2
ПЗ -48	Волейбол.	2
ПЗ -49	Волейбол.	2
ПЗ -50	Волейбол.	2
ПЗ -51	Баскетбол	2
ПЗ -52	Баскетбол	2
ПЗ -53	Баскетбол	2
ПЗ -54	Спортивные игры (футбол)	2
ПЗ -55	Спортивные игры (футбол)	2
ПЗ -56	Спортивные игры (футбол)	2
ПЗ -57	Спортивные игры (футбол)	2
ПЗ -58	Гимнастика	2
ПЗ -59	Гимнастика	2
ПЗ -60	Гимнастика	2
ПЗ -61	Гимнастика	2
ПЗ -62	О.Ф.П.	2
ПЗ -63	О.Ф.П.	2
ПЗ -64	О.Ф.П.	2
ПЗ -65	О.Ф.П.	2
4 семестр		
ПЗ -66	Лыжный спорт	2
ПЗ -67	Лыжный спорт	2
ПЗ -68	Лыжный спорт	2
ПЗ -69	Лыжный спорт	2
ПЗ -70	О.Ф.П.	2

ПЗ -71	О.Ф.П.	2
ПЗ -72	О.Ф.П.	2
ПЗ -73	Гимнастика	2
ПЗ -74	Гимнастика	2
ПЗ -75	Гимнастика	2
ПЗ -76	Спортивные игры (футбол)	2
ПЗ -77	Баскетбол	2
ПЗ -78	Баскетбол	2
ПЗ -79	Баскетбол	2
ПЗ -80	Волейбол.	2
ПЗ -81	Волейбол.	2
ПЗ -82	Волейбол.	2
ПЗ -83	Легкая атлетика	2
ПЗ -84	Легкая атлетика	2
ПЗ -85	Легкая атлетика	2
ПЗ -86	Легкая атлетика	2
ПЗ -87	Легкая атлетика	2
5 семестр		
ПЗ -88	О.Ф.П.	2
ПЗ -89	Волейбол.	2
ПЗ -90	Волейбол.	2
ПЗ -91	Баскетбол	2
ПЗ -92	Баскетбол	2
ПЗ -93	Гимнастика	2
ПЗ -94	Гимнастика	2
ПЗ -95	Волейбол.	2
ПЗ -96	Волейбол.	2
ПЗ -97	Гимнастика	2
ПЗ -98	Гимнастика	2
6 семестр		
ПЗ -99	Лыжный спорт	2
ПЗ -100	Лыжный спорт	2
ПЗ -101	Лыжный спорт	2
ПЗ -102	Лыжный спорт	2
ПЗ -103	Лыжный спорт	2
ПЗ -104	О.Ф.П.	2
ПЗ -105	О.Ф.П.	2
ПЗ -106	О.Ф.П.	2
ПЗ -107	О.Ф.П.	2

ПЗ -108	Гимнастика	2
ПЗ -109	Гимнастика	2
ПЗ -110	Гимнастика	
ПЗ -111	Гимнастика	2
ПЗ -112	Баскетбол	2
ПЗ -113	Баскетбол	2
ПЗ -114	Волейбол.	2
ПЗ -115	Волейбол.	2
ПЗ -116	Легкая атлетика	2
ПЗ -117	Легкая атлетика	2
ПЗ -118	Легкая атлетика	2
ПЗ -119	Легкая атлетика	2
ПЗ -120	Легкая атлетика	2
ПЗ -121	Баскетбол	2
ПЗ -122	Баскетбол	2
ПЗ -123	Баскетбол	2
ПЗ -124	Волейбол.	2
ПЗ -125	Волейбол.	2
ПЗ -126	Волейбол.	2
ПЗ -127	Спортивные игры (футбол)	2
ПЗ -128	Спортивные игры (футбол)	2
ПЗ -129	Спортивные игры (футбол)	2
ПЗ -130	Гимнастика	2
ПЗ -131	Гимнастика	2
ПЗ -132	Гимнастика	2
ПЗ -133	Гимнастика	2
ПЗ -134	О.Ф.П.	2
ПЗ -135	О.Ф.П.	2
ПЗ -136	О.Ф.П.	2
ПЗ -137	О.Ф.П.	2
ПЗ -138	Легкая атлетика	2
ПЗ -139	Легкая атлетика	2
ПЗ -140	Легкая атлетика	2
ПЗ -141	Легкая атлетика	2
ПЗ -142	Легкая атлетика	2
Промежуточная аттестация		8
<b>Итого по дисциплине</b>		<b>284</b>

#### **5.2.4- Темы семинарских занятий (не предусмотрены РУП)**

#### **5.2.5- Курсовых работ (проектов) (не предусмотрены РУП)**

#### **5.2.6- Темы рефератов**

1. Характеристика основного методологического и понятийно-категориального аппарата физической культуры.
2. Этапы становления физической культуры и их характеристика.
3. Роль и место физической культуры в системе профессиональной подготовки специалистов. Физическая культура как научная дисциплина.
4. Структура физической культуры как социального явления; характеристика структурных компонентов.
5. Спорт как социальное явление; его характеристика.
6. Классификация и характеристика функций физической культуры.
7. Физкультурное образование в системе образования учащейся молодежи; его характеристика.
8. Реабилитационная физическая культура в системе восстановления психофизического состояния личности.
9. Рекреационная физическая культура; ее роль и место в жизни и деятельности человека.
10. Общекультурные функции физиологической культуры и их характеристика.
11. Характеристика специфических функций физической культуры.
12. Понятие физической культуры личности; структура и характеристика структурных компонентов.
13. Материальные ценности физической культуры и их характеристика.
14. Характеристика духовных ценностей физической культуры.
15. Общесоциальные принципы физической культуры; особенности реализации.
16. Особенности реализации общеметодических принципов физической культуры.
17. Классификация и краткая характеристика средств физической культуры.
18. Характеристика естественных сил природы; основы их использования в процессе освоения физической культуры.
19. Классификация физических упражнений и их характеристика в связи с подбором содержания физкультурно-спортивной деятельности.
20. Характеристика гигиенических факторов физической культуры.
21. Классификация и краткая характеристика вспомогательных и дополнительных средств физической культуры.
22. Характеристика системы знаний в сфере физической культуры у школьников различных возрастных групп.
23. Характеристика системы восстановительных средств физической культуры.
24. Характеристика основных понятий относящихся к понятию «метода» в освоении физической культуры.
25. Классификация методов освоения физической культуры и их краткая характеристика.
26. Методы вербального воздействия и их характеристика; педагогические требования к реализации.
27. Методы наглядного воздействия; педагогические требования к их реализации.
28. Характеристика игрового метода освоения физической культуры.
29. Соревновательный метод и особенности его использования в процессе освоения физической культуры.
30. Характеристика методов строго регламентированного упражнения в отношении направленного воспитания двигательных качеств.
31. Характеристика методов освоения двигательных умений и навыков.
32. Метод идеомоторного упражнения; характеристика и основы использования.
33. Технические средства освоения физической культуры; особенности использования.
34. Классификация и краткая характеристика форм организации процессов освоения физической культуры.

35. Классификация уроков физической культуры; краткая характеристика уроков различного типа.
36. Формы уроков физической культуры в режиме дня.
37. Внеклассные формы освоения физической культуры и их характеристика.
38. Краткая характеристика внешкольных форм освоения физической культуры.
39. Система комплексного контроля и его краткая характеристика.
40. Характеристика форм контроля в практике физического образования.
41. Виды контроля; их характеристика и основы реализации (представление каждого из видов).
42. Учет образовательной деятельности в сфере физической культуры.
43. Планирование; основной понятийный аппарат; виды планирования и их характеристика.
44. Основной понятийно-категориальный аппарат профессиональной физической культуры (ПФК; актуальность, цель, задачи, объект, предмет).
45. Дидактические основания ПФК (профессиональная физическая культура)
46. Основы реализации ПФК в школе.
47. Актуализация проблемы физкультурного образования дошкольников, цель и задачи.
48. Периодизация и дидактические основания физкультурного образования дошкольников; методика реализации.
49. Периодизация, цель, задачи и основные направления использования физической культуры в системе жизни и деятельности взрослого трудоспособного населения.
50. Основные формы организации процессов и использовании физической культуры в системе жизни и профессиональной деятельности; методические особенности их реализации.
51. Основы теории обучения двигательным действием (определение, задачи, актуальность); характеристика двигательных умений и навыков.
52. Основные предпосылки и законы формирования двигательных умений и навыков.
53. Характеристика структуры процесса обучения двигательным действиям (этапы обучения).
54. Основы теории и методики воспитания скоростных способностей.
55. Основы теории и методики воспитания силовых способностей.
56. Основы теории и методики воспитания выносливости.
57. Основы теории и методики воспитания гибкости и подвижности в суставах.
58. Основы теории и методики воспитания координационных способностей (ловкости).
59. Краткая характеристика специфических принципов физической культуры.
60. Педагогические условия формирования двигательного компонента физической культуры личности.
61. Особенности становления когнитивно-интеллектуального компонента физической культуры личности.
62. Физкультурно-деятельностный компонент физической культуры личности и педагогические условия его становления.
63. Педагогические условия становления аксиологического компонента физической культуры личности.
64. Определение понятий «нравственность», «нравственная культура», «нравственная культура личности». Характеристика педагогических условий формирования нравственной культуры личности в ходе физкультурного образования.
65. Понятийно-категориальный аппарат эстетической культуры и педагогические условия формирования эстетической культуры личности в практике физического образования.
66. Педагогические условия становления трудовой (профессиональной) культуры личности в процессе физкультурного образования.
67. Гражданская культура личности и педагогические условия ее формирования в процессе освоения физической культуры.

68. Формирование интеллектуальной культуры личности в процессе физкультурного образования.
69. Метод психорегулирующего упражнения; его характеристика и требования к реализации.
70. Методика обучения детей старшего дошкольного возраста элементам игры в баскетбол.
71. Народные игры как средство воспитания у детей дошкольного возраста интереса к физической культуре.
72. Особенности проведения физкультурных занятий с детьми младшего дошкольного возраста.
73. Характеристика этапов обучения двигательным действиям дошкольников.
74. Влияние сюжетных игр на эмоциональное состояние дошкольников.
75. Методика обучения дошкольника элементам гимнастических упражнений.
76. Развитие гибкости дошкольного возраста средствами гимнастики.
77. Влияние упражнений с гимнастическими мячами на повышение уровня развития двигательной активности старших дошкольников.
78. Особенности проведения теоретических занятий с детьми дошкольного возраста.
79. Методы оценки физического развития детей дошкольного возраста.
80. Планирование физкультурно-оздоровительной работы как средство повышения уровня физического развития дошкольников.
81. Двигательная активность дошкольников как средство формирования двигательных навыков владения мячом.

**5.2.7-** Темы эссе (не предусмотрены РПД)

**5.2.8-** Темы индивидуальных домашних заданий (не предусмотрены РПД)

**5.2.9-** Вопросы для самостоятельного изучения (не предусмотрены РПД)

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

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

1. Физическая культура студентов в вузе [Текст] : учебно-методическое пособие / М. В. Малютина [и др.]. - Оренбург : Издательский центр ОГАУ, 2016. - 84 с.

2. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст] : учебник для студентов высших учебных заведений / Ж. К. Холодов. - 13-е изд., испр. и доп. - Москва : Академия, 2016. - 496 с.

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

3. Физическая культура [Текст] : учебное пособие / Н. В. Решетников, Ю. Л. Кислицын. - 4-е изд., стер. - Москва : Изд. центр "Академия", 2005. - 152 с

4. Педагогические условия развития профессионально - прикладной физической подготовки студентов колледжа физической культуры [Текст] : монография / Ю. И. Сазонов, И. Ю. Сазонов. - Екатеринбург : Уникум, 2002. - 144 с

### **6.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины и другие материалы к занятиям**

Электронное учебное пособие включающее:  
- методические указания по выполнению практических (семинарских) работ.

### **6.4 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине**

- методические рекомендации по подготовке реферата

#### **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://elibrary.ru/>

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

Занятия семинарского типа проводятся в учебной аудитории для проведения занятий семинарского типа, укомплектованной специализированной мебелью (учебная доска, стол и стул преподавателя, посадочные места для студентов) и техническими средствами обучения с возможностью использования мультимедиа (экран переносной, ноутбук, средства звуковоспроизведения). Занятия проводятся в легкоатлетическом манеже, оборудованном беговой дорожкой, футбольной и волейбольной площадками, ковром для борьбы, тренажерами, скаладромом, а так же в спортивном зале, оборудованном баскетбольной и волейбольной площадками, и в зале ритмической гимнастики, оборудованном зеркальной стенкой и ковром.

Консультации по дисциплине проводятся в учебных аудиториях для групповых и индивидуальных консультаций, укомплектованных специализированной мебелью (учебная доска, стол и стул преподавателя, посадочные места для студентов) и техническими средствами обучения.

Текущий контроль и промежуточная аттестация проводится в учебных аудиториях для текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованных специализированной мебелью (учебная доска, стол и стул преподавателя, посадочные места для студентов) и техническими средствами обучения.

Самостоятельная работа студентов проводится в помещении для самостоятельной работы, укомплектованном специализированной мебелью (посадочные места для студентов), и техническими средствами обучения и оснащенном компьютерной техникой (персональные компьютеры, учебно-методические пособия, комплекс лицензионного программного обеспечения) с возможностью подключения к сети Интернет (ЭБС "Юрайт", IPRbooks, ООО "Издательство Лань", Национальная электронная библиотека) и доступом в электронную образовательную среду университета.

Помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования укомплектованы стеллажами.

Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине представлен в Приложении 6.

Программа разработана в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 36.03.01 «Ветеринарно-санитарная экспертиза»

Разработал:

В.Ю.Зианбетов