

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

**Рабочая программа дисциплины
Б1. Б.29 Физическая культура и спорт**

Направление подготовки 40.03.01 Юриспруденция

Профиль подготовки земельно-правовой

Квалификация выпускника бакалавр

Форма обучения очно-заочная

1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Б 1.Б. 29 Физическая культура и спорт» 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.Б.29 «Физическая культура и спорт» к базовой части. Требования к предшествующим знаниям представлены в таблице 2.1. Перечень дисциплин, для которых дисциплина «Б 1.Б.29 Физическая культура и спорт» является основополагающей, представлена в таблице 2.2

Таблица 2.1 – Требования к пререквизитам дисциплины

Компетенция	Дисциплина
ОК8	Элективный курс по физической культуре и спорту

Таблица 2.2 – Требования к постреквизитам дисциплины

Компетенция	Дисциплина
ОК 8	Элективные курсы по физической культуре и спорту

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Таблица 3.1 – Взаимосвязь планируемых результатов обучения по дисциплине и планиваемых 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 о физической культуре в общекультурной и профессиональной подготовки студентов, об основах здорового образа жизни.</p> <p>Этап 2 знать об оздоровительных системах, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов.</p>	<p>Этап 1 уметь использовать методы и средства физической культуры для обеспечения социальной и профессиональной деятельности.</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.29 Физическая культура и спорт» составляет 2 зачетных 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	Сессия №9	
				КР	СР
1	2	3	4	5	6
1	Лекции (Л)				
2	Лабораторные работы (ЛР)				
3	Практические занятия (ПЗ)	2		2	
4	Семинары (С)				
5	Курсовое проектирование (КП)				
6	Рефераты (Р)				
7	Эссе (Э)				
8	Индивидуальные домашние задания (ИДЗ)				
9	Самостоятельное изучение вопросов (СИБ)		68		68
10	Подготовка к занятиям (ПкЗ)				
11	Промежуточная аттестация	2		2	
12	Наименование вида промежуточной аттестации			зачет	
13	Всего	4	68	4	68

5. Структура и содержание дисциплины

Структура дисциплины представлена в таблице 5.1

Таблица 5.1 – Структура дисциплины

№ п/п	Наименования разделов и тем	Сессия	Объем работы по видам учебных занятий, академические часы										Коды формируемых
			лекции	лабораторная работа	практические занятия	семинары	курсовое проектирование	рефераты (эссе)	ьные домашние	льное изучение	подготовка к занятиям	промежуточная аттестация	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1.	Раздел 1 Физкультурное образование с профессиональной направленностью	9			2					34			ОК - 8
1.1	Тема 1-5 Лыжный спорт	9								10			ОК - 8
1.2	Тема 6-9 Баскетбол	9								8			ОК - 8
1.3	Тема 10-13 Волейбол	9								8			ОК - 8
1.4	Тема 14-18 О.Ф.П.	9								8			ОК - 8
2.	Раздел 2 Физкультурное образование с профессиональной направленностью	9								34			ОК - 8
2.1	Тема 18-21 Гимнастика	9								8			ОК - 8
2.2	Тема 22-25 Спортивные игры (футбол)	9								8			ОК - 8

№ п/п	Наименования разделов и тем	Сессия	Объем работы по видам учебных занятий, академические часы										Коды формируемых
			лекции	лабораторная работа	практические занятия	семинары	курсовое проектирование	рефераты (эссе)	ьные домашние	льное изучение	подготовка к занятиям	промежуточная аттестация	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
2.3	Тема 26-29 О.Ф.П.	9								8			ОК - 8
2.4	Тема 30-34 Легкая атлетика	9								10			ОК - 8
3.	Объем дисциплины в семестре	9			2					68		2	ОК-8
4.	Всего по дисциплине	9			2					68		2	ОК - 8

5 2. Структура и содержание дисциплины

5.2.1- Темы лекций

5.2.2- Темы лабораторных работ

5.2.3- Темы практических занятий

№ п.п.	Наименование темы занятия	Объем академические часы
9 сессия		
ПЗ - 1	ОСНОВЫ МЕТОДИКИ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ	2
Итого по дисциплине		2

5.2.4- Темы самостоятельных занятий

5.2.4- Темы семинарских занятий

5.2.5- Курсовых работ (проектов)

5.2.6- Темы рефератов

5.2.7- Темы эссе

5.2.8- Темы индивидуальных домашних заданий

5.2.9 – Вопросы для самостоятельного изучения

№ п.п.	Наименование темы занятия	Объем академические часы
9 сессия		
СЗ - 1	Лыжный спорт	2
СЗ – 2	Лыжный спорт	2
СЗ – 3	Лыжный спорт	2
СЗ – 4	Лыжный спорт	2
СЗ – 5	Лыжный спорт	2
СЗ – 6	Баскетбол	2
СЗ – 7	Баскетбол	2
СЗ - 8	Баскетбол	2
СЗ – 9	Баскетбол	2
СЗ – 10	Волейбол	2
СЗ – 11	Волейбол	2
СЗ – 12	Волейбол	2
СЗ – 13	Волейбол	2
СЗ – 14	О.Ф.П. (общая физическая подготовка)	2
СЗ – 15	О.Ф.П.	2
СЗ – 16	О.Ф.П.	2
СЗ – 17	О.Ф.П.	2
СЗ – 18	Гимнастика	2
СЗ – 19	Гимнастика	2
СЗ – 20	Гимнастика	2
СЗ – 21	Гимнастика	2
СЗ – 22	Спортивные игры (футбол)	2

СЗ – 23	Спортивные игры (футбол)	2
СЗ - 24	Спортивные игры (футбол)	2
СЗ – 25	Спортивные игры (футбол)	2
СЗ – 26	О.Ф.П.	2
СЗ – 27	О.Ф.П.	2
СЗ – 28	О.Ф.П.	2
СЗ – 29	О.Ф.П.	2
СЗ – 30	Легкая атлетика	2
СЗ – 31	Легкая атлетика	2
СЗ – 32	Легкая атлетика	2
СЗ – 33	Легкая атлетика	2
СЗ – 34	Легкая атлетика	2
Итого по дисциплине		68

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1 Основная литература, необходимая для освоения дисциплины

1. Бабушкин Г.Д. Предсоревновательная подготовка спортсменов высокой квалификации [Электронный ресурс] : учебное пособие / Г.Д. Бабушкин. — Электрон. текстовые данные. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. — 112 с. (ЭБС «IPRbooks»)

6.2 Дополнительная литература, необходимая для освоения дисциплины

1. Ковыршина Е.Ю. Разновидности спортивных игр [Электронный ресурс] : учебное пособие / Е.Ю. Ковыршина, Ю.Н. Эртман, В.Ф. Кириченко. — Электрон. текстовые данные. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. — 108 с. (ЭБС «IPRbooks»)

2. Физическая культура и спорт в современном мире. Проблемы и решения [Электронный ресурс] : материалы III Международной научно-практической конференции «Физическая культура и спорт в современном мире. Проблемы и решения» (19 ноября 2015 года) / А.В. Аверкова [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2015. — 206 с. (ЭБС «IPRbooks»)

3. Основы физической реабилитации [Электронный ресурс] : учебник / А.Н. Налобина [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. — 328 с. (ЭБС «IPRbooks»)

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 указания по выполнению практических работ.

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

Среди информационных технологий применяемых в образовательном процессе по преподаваемой дисциплине необходимо отметить:

1) Тестовые и контролирующие информационные технологии. Основным назначением подобного типа технологий является реализация функции контроля усвоения знаний на различных этапах обучения (от текущего контроля до итоговой оценки готовности обучаемого). Созданы тестовые задания для промежуточного контроля знаний в количестве 200 тестовых заданий. Тестирование студентов проводится с помощью разработанной Вузом компьютерной программы позволяющей тестировать студентов и автоматически подводить результат. Тестированию предшествовали следующие этапы разработки, определяющие специфику контроля, зависящую от целей контроля и особенностей предметной области:

- формирование тестовых заданий и вопросов, обеспечивающих надежную оценку;
- выбор алгоритма опроса и способов предъявления заданий обучаемому;
- выбор метода обработки статистических данных оценивания;
- определение системы правил, обеспечивающих принятие решений об уровне знаний.

Существует большое количество подходов и методов решения перечисленных задач.

2. Доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

Программное обеспечение, используемое при осуществлении образовательного процесса по дисциплине:

1. Open Office,
2. Google Chrome,

6.6 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. ЭБС «Юрайт»: <https://biblio-online.ru/>
2. ЭБС «IPRbooks»: <http://www.iprbookshop.ru/>
3. eLIBRARY.RU: www.elibrary.ru/

6.7 Информационные справочные системы, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине:

Информационно-справочные системы «Гарант», «Консультант-плюс»

Современные профессиональные базы данных

Но м е р п/ п	Наименование организации	Сокращен ное название	Отрасль (область деятельност и)	Официальный сайт
1.	Объединение корпоративных юристов	ОКЮР	Юриспруден ция	www.rcca.com.ru
2.	Межрегиональная общественная организация содействия деятельности патентных поверенных "Палата патентных поверенных"	МОО СДПП "Палата патентных повере нных"	Юриспруден ция	www.palatapp.ru
3.	Ассоциация некоммерческих организаций - адвокатских образований "Гильдия российских адвокатов"	Гильдия российски х адвокатов	Юриспруден ция	www.gra.ru
4.	Совет судей Российской Федерации	Совет судей РФ	Юриспруден ция	www.ssrp.ru
5.	Федеральная палата адвокатов Российской Федерации	ФПА РФ	Юриспруден ция	www.fparf.ru
6.	Ассоциация юристов России	АЮР	Юриспруден ция	www.alrf.ru
7.	Следственного комитета РФ	СК РФ	Юриспруден ция	www.sledcom.ru
8.	Российская Криминологическая ассоциация	РКА	Юриспруден ция	www.crimas.com.ru
9.	Генеральная прокуратура Российской Федерации	Генпрокур атура РФ	Юриспруден ция	https://genproc.gov.ru

	Федерации			
10.	Ассоциация Антиторрупционн ых Организаций и Общественных Объединений «Антиторрупцион ного Содействия»	Ассоциаци я «Антиторр упционног о Содействи я»	Юриспруден ция	http://ассоциацияантиторрупционногосодействия.рф
11.	Межрегиональная общественная организация «Комитет по противодействию коррупции и содействию общественной безопасности»	МОО «Комитет по противоде йствию коррупции и содействи ю обществен ной безопаснос ти»	Юриспруден ция	www.protivkorrupciya.ru
12.	Верховный суд Российской Федерации	Верховный суд РФ	Юриспруден ция	www.vsrfsu.ru
13.	Министерство внутренних дел Российской Федерации	МВД РФ	Юриспруден ция	https://mvd.ru/
14.	Министерство юстиции Российской Федерации	Минюст РФ	Юриспруден ция	http://minjust.ru/
15.	Федеральная нотариальная палата	Федеральн ая нотариаль ная палата	Юриспруден ция	https://notariat.ru
16.	Федеральная служба судебных приставов	ФСПП России	Юриспруден ция	http://fssprus.ru
17.	Федеральная служба исполнения наказаний	ФСИН России	Юриспруден ция	http://фсин.рф/

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

Практические занятия проводятся в легкоатлетическом манеже, оборудованным беговой дорожкой, футбольной и волейбольной площадками, ковром для борьбы, тренажерами; спортивный зал, оборудованный баскетбольной и волейбольной площадками; зал ритмической гимнастики, оборудованный зеркальной стенкой и ковром спортивно-оздоровительный комплекс (б/н); Секундомер (б/н), Свисток (б/н), стартовые колодки (б/н), Легкоатлетические маты (б/н), барьеры (б/н), скакалки (б/н); Игровой зал (б/н);

Мячи волейбольные (б/н), баскетбольные (б/н), мини-футбольные (б/н), щиты б.\ б. (б/н), сетка в \бол (б/н), стойки в \бол (б/н), ворота для мини-футбола (б/н).Цветные манишки. (б/н) Учебные лыжные трассы, (б/н) лыжи (б/н), палки (б/н), лыжные ботинки (б/н), мази. (б/н) Маты гимнастические (б/н), Перекладина (б/н), Брусья (б/н), Гимнастические скамейки (б/н), гимнастические палки, (б/н) «шведская стенка» (б/н) Силовые тренажеры (б/н), гантели (б/н), гири (б/н), штанга (б/н) , гимнастические снаряды (б/н) . беговая дорожка (б/н).

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

Программа разработана в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 40.03.01 Юриспруденция.

Разработал

В.Ю. Зиамбетов