

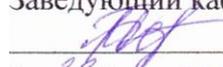
МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Саратовский государственный аграрный университет
имени Н. И. Вавилова»**

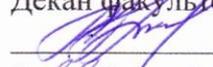
СОГЛАСОВАНО

Заведующий кафедрой

 /Беглов М.В./
« 28 » мар 2018 г.

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета

 / Молчанов А.В./
« 28 » мар 2018 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Дисциплина	ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ
Направление подготовки	35.03.07 Технология производства и переработки сельскохозяйственной продукции
Профиль подготовки / специализация / магистерская программа	Технологии пищевых производств в АПК
Квалификация (степень) выпускника	Бакалавр
Нормативный срок Обучения	4 года
Форма обучения	Очная

Разработчик(и): доцент, Скосырева Е.Н.

ст.преподаватель, Гордеева Е.Н.


(подпись)


(подпись)

Саратов 2018

1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» является формирование физической культуры обучающихся, способности методически обоснованно и целенаправленно использовать разнообразные средства, методы и организационные формы физической культуры, позволяющие сформировать индивидуальную здоровьесберегающую жизнедеятельность, необходимую для профессионально-личностного становления.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

В соответствии с учебным планом по направлению подготовки 35.03.07 Технология производства и переработки сельскохозяйственной продукции профиль Технологии пищевых производств в АПК, дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к обязательной части Блока 1.

Дисциплина базируется на знаниях, имеющихся у обучающихся при получении среднего (полного) общего или среднего профессионального образования.

Для качественного усвоения дисциплины обучающийся должен:

- знать: основы физической культуры и здорового образа жизни;
- уметь: использовать деятельность в области физической культуры и спорта для достижения жизненных и профессиональных целей;

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП ВО

Дисциплина «Физическая культура и спорт» направлена на формирование у обучающихся универсальной компетенции: «способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности» (УК-7).

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Компетенция	Студент должен:		
	знать	уметь	владеть
1	2	3	4
<i>УК-7 способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i>	<i>социально-биологические основы физической культуры; основы здорового образа и стиля жизни; виды общедоступного и профессионального спорта; влияние</i>	<i>применять систему знаний, практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических</i>	<i>практическими навыками и методами основы физической культуры и здорового образа жизни. Навыками организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и участия в массовых</i>

	<p><i>оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности ; правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности</i></p>	<p><i>способностей и качеств; различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях; выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетической гимнастики; осуществлять простейшие приемы самомассажа и релаксации; осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой</i></p>	<p><i>спортивных соревнованиях</i></p>
--	---	--	--

4. Объем, структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа.

Таблица 1

Объем дисциплины

	Количество часов								
	Всего	в т.ч. по семестрам							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа – всего, в т.ч.	32,2	32,2	-	-	-	-	-	-	-
<i>аудиторная работа:</i>	32	32	-	-	-	-	-	-	-
лекции	16	16	-	-	-	-	-	-	-
лабораторные	-	-	-	-	-	-	-	-	-
практические	16	16	-	-	-	-	-	-	-
<i>промежуточная аттестация</i>	0,2	0,2	-	-	-	-	-	-	-
<i>контроль</i>	17,8	17,8	-	-	-	-	-	-	-
Самостоятельная работа	22	22	-	-	-	-	-	-	-
Форма итогового контроля	Э	Э	-	-	-	-	-	-	-
Курсовой проект (работа)	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Таблица 1

Структура и содержание дисциплины

№ п/п	Тема занятия. Содержание	Неделя семестра	Аудиторная работа			Самостоятельная работа	Контроль знаний		
			Вид занятия	Форма проведения	Количество часов		Количество часов	Вид	Форма
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1 семестр									
1.	Физическая культура в общекультурной профессиональной подготовке студентов	1	Л	В	2	-	ТК	КЛ	3
2.	Социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания	2	Л	В	2	-	ТК	КЛ	
3.	Методы оценки функционального состояния и физического развития организма	3	МПЗ	Т	2	4	ТК	КЗ	
4.	Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности	4	Л	В	2	-	ТК	КЛ	
5.	Моделирование индивидуальной здоровьесберегающей жизнедеятельности.	5	МПЗ	Т	2	2	ТК	УО	
6.	Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе.	6	Л	В	2	-	ТК	КЛ	
7.	Методика развития физических качеств	7	МПЗ	Т	2	4	ТК	КЗ	

8.	Контроль по изученным темам	8	ПЗ	ПК	2	-	РК	Д	7
9.	Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятий	9	Л	В	2	-	ТК	КЛ	
10.	Методика оценки и самооценки работоспособности. Применение средств физической культуры для повышения функциональных способностей организма	10	МПЗ	Т	2	4	ТК	КЗ	
11.	Особенности занятий избранным видом спорта	11	Л	В	2	-	ТК	КЛ	
12.	Контроль по изученным темам	12	ПЗ	ПК	2	-	РК	Д	6
13.	Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов	13	Л	В	2	-	ТК	КЛ	
14.	Методика подбора средств проведения занятий оздоровительной и рекреационной направленности, с целью профилактики профессиональных заболеваний специалиста	14	МПЗ	Т	2	4	ТК	УО	
15.	Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра и специалиста Основные понятия производственной физической культуры	15	Л	В	2	-	ТК	КЛ	
16.	Методика составления плана тренировочного занятия по программе производственной физической культуры	15 5/6	МПЗ	Т	2	4	ТК ТР	КТР	3 3
17.	Выходной контроль				0,2	17,8	Вых К	Экз.	10
18.	Всего по дисциплине				32,2	39,8			32

Примечание:

Условные обозначения:

Виды аудиторной работы: Л – лекция, ПЗ – практическое занятие, МПЗ – методико-практическое занятие, С – семинарское занятие.

Формы проведения занятий: В- лекция/занятие проводимое в форме визуализации, Т – лекция/-занятие, проводимое в традиционной форме, М – моделирование, ПК-пресс конференция.

Виды контроля: ВК – входной контроль, ТК – текущий контроль, РК – рубежный контроль, ТР – творческий рейтинг, ВыхК – выходной контроль.

Форма контроля: УО – устный опрос, КЗ – конспект занятия, Т – тестирование, КЛ – конспект лекции, КТР – конспект творческой работы, Д-доклад, Э – экзамен.

5. Образовательные технологии

Организация занятий по дисциплине «Физическая культура и спорт» проводится по видам учебной работы: лекции, методико-практические занятия, текущий контроль.

Реализация компетентного подхода в рамках направления подготовки 35.03.07 Технология производства и переработки сельскохозяйственной продукции профиль Технологии пищевых производств в АПК, предусматривает использование в учебном процессе как традиционных педагогических технологий, так и методов активного обучения для формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

Лекционные занятия проводятся в поточной аудитории с применением мультимедийного проектора в виде учебной презентации. Основные моменты

лекционных занятий конспектируются. Отдельные темы предлагаются для самостоятельного изучения с обязательным составлением реферата.

Целью методико-практических занятий является выработка практических навыков работы с методами и средствами физической культуры, для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Для достижения этих целей используются традиционные формы работы – решение задач.

Решение задач позволяет обучиться теоретическим и практическим навыкам и методам физической культуры и здорового образа жизни. В процессе решения задач студент сталкивается с ситуацией вызова и достижения, данный методический прием способствует в определенной мере повышению у студентов мотивации как непосредственно к учебе, так и к деятельности вообще.

Самостоятельная работа охватывает проработку обучающимися отдельных вопросов теоретического курса, выполнение домашних работ, включающих решение задач, анализ конкретных ситуаций и подготовку их презентаций, и т.п.

Самостоятельная работа осуществляется в индивидуальном формате. Самостоятельная работа выполняется обучающимися на основе учебно-методических материалов дисциплины (приложение 2). Самостоятельно изучаемые вопросы курса включаются в экзаменационные вопросы.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

а) основная литература

1. **Абаскалова Н.П.** Физиологические основы здоровья [Электронный ресурс]: Учеб.пос. / Н.П. Абаскалова и др.; Отв. ред. Р.И. Айзман. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 351 с.: 60x90 1/16 + (Доп. мат. znanium.com). - (ВО: Бакалавр.). (п) ISBN 978-5-16-009280-5, 500 экз.–Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/429950>

2. **Анкудинов Н.В.** Физическая подготовка в учреждениях высшего профессионального образования. Ч. 1 [Электронный ресурс]: Учебное пособие / Н.В. Анкудинов - Рязань: Академия ФСИН России, 2015. - 204 с.: ISBN 978-5-7743-0723-4 –Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/780464>

3. **Евсеев Ю.И.** Физическая культура. [Электронный ресурс]: Учебное пособие / Ю.И.Евсеев, - 9-е изд., стер. - Рн/Д:Феникс, 2014. - 444 с. ISBN 978-5-222-21762-7. – Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/908476>

4. **Рекша Ю.М.** Физическая подготовка в учреждениях высшего профессионального образования. Ч. 2 [Электронный ресурс]: Учебное пособие / Ю.М. Рекша - Рязань: Академия ФСИН России, 2015. - 242 с.: ISBN 978-5-7743-0724-1 – Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/780465>

б) дополнительная литература

1. **Барчуков И.С.** Физическая культура и физическая подготовка. [Электронный ресурс]: учебник / И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров, С.С. Егоров; Под ред. В.Я. Кикоть - М.:ЮНИТИ-ДАНА, 2015. - 431 с.: 60x90 1/16 ISBN 978-5-238-01157-8. – Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/883774>

2. **Борисова М.М.** Теория и технология физического воспитания и развития ребенка [Электронный ресурс]: Учебник / М.М. Борисова - М.: НИЦ ИНФРА-М,

2016. - 293 с.: 60x90 1/16. - (Высшее образование:Бакалавриат) (Переплёт 7БЦ)
ISBN 978-5-16-011490-3 – Режим доступа:
<http://znanium.com/catalog/product/527912>

3. **Муллер, А. Б.** Физическая культура студента [Электронный ресурс]: учеб.пособие / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко, А. Ю. Близневский. - Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2011. - 172 с. - ISBN 978-5-7638-2126-0–Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/443255>

4. **Полиевский С.А.** Комплекс практических занятий по гигиене, БЖД и экологии физической культуры, спорта и туризма [Электронный ресурс]: / С.А. Полиевский, А.А. Иванов, О.В. Григорьева - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 227 с.: 60x90 1/16 ISBN 978-5-16-103421-7 – Режим доступа:
<http://znanium.com/catalog/product/518178>

5. **Чертов Н.В.** Физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие / Н.В. Чертов - Ростов-на-Дону: Издательство ЮФУ, 2012. - 118 с. ISBN 978-5-9275-0896-9–Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/551007>

в) ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. Государственная политика в области образования – Российское образование. Федеральный портал – URL: http://www.edu.ru/index.php?page_id=105

2. Научная электронная библиотека

Elibrary.ru http://elibrary.ru/rubric_titles.asp?rcode=770000

3. Национальный цифровой ресурс РУКОНТ. <http://rucont.ru>

4. Образование и общество. Научный информационно- аналитический журнал. – URL:<http://www.education.rekom.ru>

5. Официальный сайт Министерства образования и науки Российской Федерации – URL:<http://mon.gov.ru/dok/fz/obr/>

6. Официальный сайт Электронной библиотеки диссертаций Российской государственной библиотеки. <http://diss.rsl.ru/>

7. Физическая культура студента. Электронный учебник.
http://cnit.ssau.ru/kadis/ocnov_set/

8. Электронная библиотека: Труды ученых ИГУ. <http://ellib.library.isu.ru/index.php>

9. Электронно-библиотечная система IPRbooks. <http://iprbooks.ru>

10. Электронно-библиотечная система Znanium. <http://znanium.com>

11. Электронно-библиотечная система издательства «Лань». <http://e.lanbook.com>

12. Юревич А.В. Нравственность в современной России [Электронный ресурс] / А.В. Юревич, Д.В. Ушаков // Психологические исследования: электрон.науч.журн. 2009. № 1 (3). URL: <http://psystudy.ru>(дата обращения: 10.09.2010).

г) периодические издания

1. Научный журнал включен в список ВАК России «Теория и практика физической культуры». - ISSN: 00403601

д) поисковые системы Яндекс, Rambler, Yahoo, Google

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

№ п/п	Наименование дисциплины (модуля), практик в соответствии с учебным планом	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Физическая культура и спорт	Методический кабинет №3, по техническому паспорту №7, 39,6 кв.м: для проведения занятий лекционного типа, методико-практических, самостоятельных и текущего контроля	Комплект учебной мебели, переносная мультимедийная система Монитор LCD 17 Hanns-G HW173AB Системный блок СТ ATX PRO Intel Подключен к интернету	Справочно-правовая система «Гарант» №223-092 от 01.02.2017г. Программное обеспечение (Microsoft) КСП – 164 от 06.12.2016г. Антивирус ESET Nod КСП – 162 от 12.12.2016г. ЭБС «Лань» КПС – 011 от 27.03.2018г. ЭБС Znanium.com №2976 эбс от 27.03.2018г. ЭБС IPR books №3836/18 от 27.03.2018г. ЭБС BOOK.ru №223-220 от 26.02.2018г.
		Лекционная аудитория (Пат.анатомия) № 1, по тех.паспорту № 5, 113,2 кв.м: для проведения занятий лекционного типа.	Комплект учебной мебели, аудиторная доска, стационарная мультимедийная система	
		Лекционная аудитория № 2 корпус №11, 305,9 кв.м: для проведения занятий лекционного типа.	Комплект учебной мебели, аудиторная доска, переносная мультимедийная система	
		Лекционная аудитория № 6 корпус №13, 136,2 кв.м: для проведения занятий лекционного типа	Комплект учебной мебели, аудиторная доска, переносная мультимедийная система	
		Игровой зал № 1, по тех. паспорту № 6, 613,4 кв.м: для проведения методико-практических занятий	Ферма баскетбольная с пластиковым щитом с табло атаки 1 шт.; Щит баскетбольный с табло атаки 1 шт.; Ворота для мини футбола 2 шт.; Электронное табло универсальное 1 шт.; Мячи баскетбольные 10 шт.; Мячи волейбольные 5 шт.; Вolleyбольный комплект (стойки, сетка, вышка); Гимнастические скамейки 8 шт. Футбольные мячи 5 шт.	

			Гимнастическая скакалка 5 шт. Гимнастические обручи 5 шт. Звукоусилительный комплект PEAVEY Escort 1 шт.	
		Спортивный зал для СМО № 4, по тех. паспорту № 3, 74,2 кв.м: : для проведения методико-практических занятий	Мячи набивные 16 шт. Гимнастические палки 16 шт. Обручи 6 шт. Скакалки 6 шт. Фитобол 6 шт. Гантели 25 шт. Гимнастические коврики 15 шт. Часы 1 шт. Скамейки 2 шт. Гимнастическая стенка 3 шт. Тренажер «Шагоступ» 2 шт. Весы медицинские 1 шт. Ростомер	

8. Фонд оценочных средств

Фонд оценочных средств, сформированный для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Физическая культура и спорт» разработан на основании следующих документов.

- Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);

- приказа Минобрнауки РФ от 05.04.2017 № 301 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры»;

Фонд оценочных средств представлен в приложении 1 к рабочей программе дисциплины и включает в себя:

- перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы;
- описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания;
- типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующие этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы;
- методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций.

9. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы

Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы представлен в приложении 2 к рабочей программе по дисциплине «Физическая культура и спорт».

10. Методические указания для обучающихся по изучению дисциплины «Физическая культура и спорт»

Методические указания по изучению дисциплины «Физическая культура и спорт» включают в себя:

1. Краткий курс лекций представлен в приложении 3.
2. Методические указания по выполнению методико-практических занятий, представлен в приложении 4.

*Рассмотрено и утверждено на заседании
кафедры «Физическая культура»
«28» мая 2018 года (протокол № 9).*