

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:

ФИО: Солтвьев Дмитрий Александрович

Должность: ректор ФГБОУ ВО Вавиловский университет

Дата подписания: 16.04.2019 13:55:52

Уникальный программный ключ

528682d78e671e56ab07721e1ba3472f70e12



## МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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

**СОГЛАСОВАНО**

Заведующий кафедрой

«16» августа 2019 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

И.о. декана факультета

Шьюрова Н.А./

«24» августа 2019 г.

### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Дисциплина	<b>ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ</b>
Направление подготовки	<b>35.03.04 Агронимия</b>
Направленность (профиль)	<b>Защита растений</b>
Квалификация выпускника	<b>Бакалавр</b>
Нормативный срок обучения	<b>4 года</b>
Форма обучения	<b>Очная</b>

**Разработчик(и):** доцент, Беглов М.В.

(подпись)

ст. преподаватель, Пяткина Н.А.

(подпись)

Саратов 2019

## 1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» является формирование у обучающихся навыков здорового образа жизни и использования их для достижения жизненных и профессиональных целей.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

В соответствии с учебным планом по направлению подготовки 35.03.04 Агрономия (профиль) «Защита растений» дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к обязательной части Блока 1.

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

Дисциплина «Физическая культура и спорт» является базовой для изучения дисциплин, практик: Элективные курсы по физической культуре и спорту.

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с индикаторами достижениями компетенций

Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся компетенции, представленной в таблице 1.

### Требование к результатам освоения дисциплины

Таблица 1

№ п/п	Код компетенции	Содержание компетенции (или ее части)	Индикаторы достижения компетенций	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны:		
				знать	уметь	владеть
1	2	3		4	5	6
1.	УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 Поддерживает должный уровень физической подготовленности и для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.	социально-биологические основы физической культуры; основы здорового образа и стиля жизни; влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;	выбирать вид спорта или систему физических упражнений направленных на развитие определенных функциональных систем организма, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний	методами адекватного планирования нагрузки в тренировочном процессе с целью оздоровления и подготовки к профессиональной деятельности и адаптации в ней.
			УК-7.2 Использует основы физической культуры для осознанного выбора	теоретические и методические основы организации самостоятельной физкультурно-спортивной	разрабатывать содержание индивидуально подобранных комплексов, оздоровительной, адаптивной и	средствами самостоятельного использования методов физического воспитания направленных на

			здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.	деятельности различной направленности для достижения жизненных и профессиональных целей	профессионально-прикладной физической культуры.	укрепление здоровья и достижения должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
--	--	--	---	---	---	---

#### 4. Объем, структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа.

Таблица 2

Объем дисциплины							
	Количество часов						
	Всего	в т.ч. по годам					
		1	2	3	4	5	6
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	экза.	экза.	-	-	-	-	-
Курсовой проект (работа)	-	-	-	-	-	-	-

Таблица 3

#### Структура и содержание дисциплины

№ п/п	Тема занятия. Содержание	Неделя семестра	Контактная работа			Самостоятельная работа	Контроль	
			Вид занятия	Форма проведения	Количество часов	Количество часов	Вид	Форма
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 семестр								
1.	Физическая культура в общекультурной профессиональной подготовке студентов	1	Л	В	2	-	ВК	Т
2.	Социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания – 1 часть	2	Л	В	2	-	ТК	С

3.	Методы оценки функционального состояния и физического развития организма	3	ПЗ	Т	2	2	ТК	КЗ
4.	Социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания – 2 часть	4	Л	В	2	-	ТК	С
5.	Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности	5	Л	В	2	-	ТК	С
6.	Моделирование индивидуальной здоровьесберегающей жизнедеятельности.	6	ПЗ	Т	2	4	ТК	КЗ
7.	Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе.	7	Л	В	2	-	ТК	С
8.	Методика развития физических качеств	8	ПЗ	Т	2	4	ТК	КЗ
9.	Контроль по изученным темам	9	ПЗ	Т	2	-	РК	С
10.	Основы построения и структура занятия (урока) по физической культуре	10	ПЗ	Т	2	4	ТК	КЗ
11.	Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятий	11	Л	В	2	-	ТК	С
12.	Методика оценки и самооценки работоспособности. Применение средств физической культуры для повышения функциональных способностей организма	12	ПЗ	Т	2	4	ТК	КЗ
13.	Особенности занятий избранным видом спорта	13	Л	В	2	-	ТК	С
14.	Контроль по изученным темам	14	ПЗ	Т	2	-	РК	С
15.	Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов Основные понятия производственной физической культуры	15	Л	В	2	2	ТК	С
16.	Методика подбора средств проведения занятий оздоровительной и рекреационной направленности, с целью профилактики профессиональных заболеваний специалиста	16	ПЗ	Т	2	2	ТК	КЗ
17.	Выходной контроль				0,2	17,8	ВыхК	Э
18.	Всего по дисциплине				34,2	39,8		

**Примечание:**

Условные обозначения:

**Виды аудиторной работы:** Л – лекция, ПЗ – практическое занятие.

**Формы проведения занятий:** В- лекция/занятие проводимое в форме визуализации, Т – лекция/занятие, проводимое в традиционной форме.

**Виды контроля:** ВК – входной контроль, ТК – текущий контроль, РК – рубежный контроль, ВыхК – выходной контроль.

**Форма контроля:** КЗ – конспект занятия, С- собеседование, Т – тестирование, Э – экзамен.

## 5. Образовательные технологии

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

Реализация компетентного подхода в рамках направления подготовки 35.03.04 Агрономия (профиль) «Защита растений», 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.

Целью 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 формы работы - проведение занятий в традиционной форме и в форме визуализации.

Самостоятельная работа охватывает проработку обучающимися отдельных вопросов теоретического курса. 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 (библиотека СГАУ)

№ п/п	Наименование, ссылка для электронного доступа или кол-во экземпляров в библиотеке	Автор(ы)	Место издания, издательство, год	Используется при изучении разделов (из п. 4.3)
1	2	3	4	5
1.	Физиология физкультурно-оздоровительной деятельности: учебник <a href="http://znanium.com/bookread2.php?book=976392">http://znanium.com/bookread2.php?book=976392</a>	Л.К. Караулова.	М.: ИНФРА-М, 2018	1-8

### б) дополнительная литература

№ п/п	Наименование, ссылка для электронного доступа или кол-во экземпляров в библиотеке	Автор(ы)	Место издания, издательство, год	Используется при изучении разделов (из п. 4.3)
1	2	3	4	5
1.	Физическая культура: учебно-методическое пособие <a href="http://znanium.com/bookread2.php?book=993540">http://znanium.com/bookread2.php?book=993540</a>	Ю.С. Филиппова	Москва: ИНФРА-М, 2019	1-8
2.	Физическая культура студента: учебное пособие <a href="http://znanium.com/bookread2.php?book=443255">http://znanium.com/bookread2.php?book=443255</a>	А. Б. Муллер, Н.С.Дядичкина, Ю.А.Богаченко, А.Ю.Близневский	Красноярск: Сибирский федеральный университет, 2011	1-8
3.	Правовые основы физической культуры и спорта: учебное пособие <a href="http://znanium.com/bookread2.php?book=809916">http://znanium.com/bookread2.php?book=809916</a>	Т.Э. Зульфугарзаде	М.:ИНФРА-М, 2017	1-8
4.	Здоровье и физическая культура студента: учебное пособие <a href="http://znanium.com/bookread2.php?book=432358">http://znanium.com/bookread2.php?book=432358</a>	В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт.	М.: Альфа-М: НИЦ ИНФРА-М, 2014	1-8

### в) ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

Для освоения дисциплины рекомендуются следующие сайты информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

- Официальный сайт университета: <http://www.sgau.ru/>;
- Государственная политика в области образования-Российское образование. Федеральный портал-URL: [http://www.edu.ru/index.php?page\\_id=105](http://www.edu.ru/index.php?page_id=105)
- Официальный сайт Электронной библиотеки диссертаций Российской государственной библиотеки. <http://diss.rsl.ru/>
- Электронная библиотека: Труды ученых ИГУ. <http://elib.library.isu.ru/index.php>

#### **г) периодические издания**

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

#### **д) информационные справочные системы и профессиональные базы данных**

Для пользования стандартами и нормативными документами рекомендуется применять информационные справочные системы и профессиональные базы данных, доступ к которым организован библиотекой университета через локальную вычислительную сеть.

Для пользования электронными изданиями рекомендуется использовать следующие информационные справочные системы и профессиональные базы данных:

1. Научная библиотека университета <http://read.sgau.ru/biblioteka/>

Базы данных содержат сведения обо всех видах литературы, поступающей в фонд библиотеки. Более 1400 полнотекстовых документов (учебники, учебные пособия и т.п.). Доступ – с любого компьютера, подключенного к сети Интернет.

2. Электронная библиотечная система «Лань» <http://e.lanbook.com>.

Электронная библиотека издательства «Лань» – ресурс, включающий в себя как электронные версии книг издательства «Лань», так и коллекции полнотекстовых файлов других российских издательств. После регистрации с компьютера университета – доступ с любого компьютера, подключенного к сети Интернет.

3. Электронно-библиотечная система «IPRbooks» <http://ibooks.ru> - ресурс новейших информационных технологий и учебной лицензионной литературы. Доступ к полному тексту изданий на сайте возможен после авторизации. Пройдя личную регистрацию в дальнейшем можно работать под своими учетными данными в любой точке, где есть доступ в сеть Интернет.

4. Электронно-библиотечная система «Znaniium» <http://znaniium.com>

Электронная библиотечная система «Znaniium» содержит электронные версии изданий, публикуемых Научно-издательским центром ИНФРА-М, коллекции книг и журналов других российских издательств, а также произведения отдельных авторов. Доступ – с любого компьютера, подключенного к сети Интернет.

5. «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru>.

Электронно-библиотечная система, обеспечивающая доступ к книгам, конспектам лекций, энциклопедиям и словарям, учебникам по различным областям научных знаний, материалам по экспресс-подготовке к экзаменам. После регистрации с компьютера университета – доступ с любого компьютера, подключенного к сети Интернет.

6. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU. <http://elibrary.ru>.

Российский информационный портал в области науки, медицины, технологии и образования. На платформе аккумулируются полные тексты и рефераты научных статей и публикаций. Доступ с любого компьютера, подключенного к сети Интернет. Свободная регистрация.

7. Профессиональная база данных «Министерство спорта РФ»

8. Поисковые интернет-системы Яндекс, Rambler, Google.

#### **е) информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса:**

К информационным технологиям, используемым при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, относятся:

– персональные компьютеры, посредством которых осуществляется доступ к информационным ресурсам и оформляются результаты самостоятельной работы;

– проекторы и экраны для демонстрации слайдов мультимедийных лекций;

– активное использование средств коммуникаций (электронная почта, тематические сообщества в социальных сетях и т.п.).

• программное обеспечение:

№ п/п	Наименование раздела учебной дисциплины (модуля)	Наименование программы	Тип программы (расчетная, обучающая, контролирующая и т.п.)
1	2	3	4
1	Все разделы дисциплины	1) DsktpEdu ALNG LicSAPk OLV E 1Y Acdmc Ent; Microsoft Office 365 Pro Plus Open Students Shared Server All Lng SubsVL OLV NL 1 Mth Acdmc Stdnt w/Faculty. Лицензиат – ООО «КОМПАРЕКС», г. Саратов. Контракт № А-032 на передачу неисключительных (пользовательских) прав на программное обеспечение от 23.12.2019 г.	вспомогательная
2	Все разделы дисциплины	2) Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный (1500-2449) 1 year Educational License. Лицензиат – ООО «Солярис Технолоджис», г. Саратов. Контракт № ЕП-113 на оказание услуг по передаче неисключительных (пользовательских) прав на антивирусное программное обеспечение с внесением соответствующих изменений в аттестационную документацию по требованию защиты информации от 11.12.2019 г.	вспомогательная

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)**

Для проведения занятий лекционного и семинарского типов, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации необходимы аудитории с меловыми или маркерными досками, достаточным количеством посадочных мест и освещенностью. Для использования медиаресурсов необходимы проектор, экран, компьютер или ноутбук, по возможности – частичное затемнение дневного света.

Для проведения практических занятий и контроля самостоятельной работы по дисциплине кафедры «Физическая культура» имеются аудитории № 432, 510. Помещения для самостоятельной работы обучающихся (аудитория № 432, 510, читальные залы библиотеки) оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

## **8. Оценочные материалы**

Оценочные материалы, сформированные для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Физическая культура и спорт» разработаны 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»;

Оценочные материалы представлены в приложении 1 к рабочей программе дисциплины и включают 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 и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы;
- методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, 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 / В. В. Барбашин, А. М. Кузьмин, Д. В. Николаев, А. В. Милёхин, Д. В. Кузьмин, М. Ю. Фролов ; ФГБОУ ВПО СГАУ. - Саратов., 2019. - 107 с.

2. Методические указания по выполнению практических занятий / В. В. Барбашин, А. М. Кузьмин, Д. В. Николаев, С. Г. Калмыков, Д. В. Кузьмин, М. Ю. Фролов ; ФГБОУ ВПО СГАУ. - Саратов., 2019. - 31 с.

*Рассмотрено и утверждено на заседании  
кафедры «Физическая культура»  
«26» августа 2019 года (протокол № 1).*

**Лист изменений и дополнений,  
вносимых в рабочую программу дисциплины  
«Физическая культура и спорт»**

Дополнения и изменения, вносимые в рабочую программу дисциплины «Физическая культура и спорт» на 2019/2020 учебный год:

**б. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

е) информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса:

- программное обеспечение;

№ п/п	Наименование раздела учебной дисциплины (модуля)	Наименование программы	Тип программы	Сведения об обновлении лицензионного программного обеспечения
1	Все темы дисциплины	Microsoft Desktop Education (Microsoft Access, Microsoft Excel), Microsoft InfoPath, Microsoft OneNote, Microsoft Outlook, Microsoft PowerPoint, Microsoft Publisher, Microsoft SharePoint Workspace, Microsoft Visio Viewer, Microsoft Word)  Реквизиты подтверждающего документа: Право на использование Microsoft Desktop Education All Lic Lic/SA Pack OLV E LY Acadm Ent. Лицензия ООО «Современные технологии», г. Саратов. Контракт № 0024 на передачу неисключительных (пользовательских) прав на программное обеспечение от 11.12.2018 г.	Эксплуатационная	Внебюджетное программное обеспечение:  Предоставление неисключительных прав на ПО: Desktop All Lic Lic/SA Pack OLV E LY Acadm Ent  Предоставление неисключительных прав на ПО: Microsoft Office 365 Pro Plus Open Students Shared Server All Lic Subsvl OLV NL IMt Acadm Sidnt w/Faculty  Лицензиат – ООО «КОМПАНИОН», г. Саратов  Контракт № А-032 на передачу неисключительных (пользовательских) прав на программное обеспечение от 23.12.2019 г.

Актуализированная рабочая программа дисциплины «Физическая культура и спорт» рассмотрена и утверждена на заседании кафедры «Физическая культура» «23» декабря 2019 года (протокол №6).

Зиндуский кафедры

  
(подпись)

**Лист изменений и дополнений,  
вносимых в рабочую программу дисциплины  
«Физическая культура и спорт»**

Дополнения и изменения, вносимые в рабочую программу дисциплины «Физическая культура и спорт» на 2019/2020 учебный год:

**Сведения об обновлении лицензионного программного обеспечения**

Наименование программы	Примечание
<b>ESET NOD 32</b> <b>Реquisиты подтверждающего документа:</b> Право на использование программного продукта ESET NOD32 AntiVirus Business Edition renewal for 2019 user (продление 2019 лицензий на срок 12 месяцев). Лицензиат – ООО «Компьютерный супермаркет», г. Саратов. Контракт № 0025 на приобретение прав на использование средств антивирусной защиты от 11.12.2018 г.	Срок действия контракта истекает
<b>Kaspersky Endpoint Security</b> <b>Реquisиты подтверждающего документа:</b> Права на использование антивирусного программного обеспечения Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный (1590 2449) 1 year Educational License. Лицензиат – ООО «Соларис Технологии», г. Саратов. Контракт № ВП-113 на оказание услуг по передаче неисключительных (пользовательских) прав на антивирусное программное обеспечение с указанием соответствующих изменений в аттестационную документацию по требованию защиты информации от 11.12.2019 г.	Переход на новое лицензионное программное обеспечение

Актуализированная рабочая программа дисциплины «Физическая культура и спорт» рассмотрена и утверждена на заседании кафедры «Физическая культура» от 16 декабря 2019 года (протокол №5).

Заведующий кафедрой

  
(подпись)

**Лист изменений и дополнений,  
вносимых в рабочую программу дисциплины  
«Физическая культура и спорт»**

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины «Физическая культура и спорт» на 2020/2021 учебный год:

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

**а) основная литература (библиотека СГАУ)**

1. Пягай, Л. П. Методические основы дисциплины «Физическая культура»: учебное пособие / Л. П. Пягай. — Омск : Омский ГАУ, 2020. — 115 с. — ISBN 978-5-89764-856-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/reader/book/136154/#1>

**б) дополнительная литература**

1. Каргин, Н. Н. Теоретические основы здоровья человека и его формирования средствами физической культуры и спорта : учебное пособие / Н.Н. Каргин, Ю.А. Лаамарти. — Москва : ИНФРА-М, 2020. — 243 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). — DOI 10.12737/1070927. - ISBN 978-5-16-015939-3. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/read?id=359731>

Актуализированная рабочая программа дисциплины «Физическая культура и спорт» рассмотрена и утверждена на заседании кафедры «Физическая культура» «31» августа 2020 года (протокол № 1).

Заведующий кафедрой

  
\_\_\_\_\_  
(подпись)