

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Алейник Станислав Николаевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 17.06.2024 00:21:57

Уникальный программный ключ:

5258223550ea9fbeb23726a1609b644b73489861b62558921f388f913a1351f6e

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «БЕЛГОРОДСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ В.Я. ГОРИНА»

УТВЕРЖДАЮ

Декан технологического факультета



Н.С. Трубчанинова

« 24 » мая 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Физическая культура и спорт

Направление подготовки : 36.03.02 Зоотехния

Направленность (профиль): IT в животноводстве

Квалификация: бакалавр

Год начала подготовки: 2023

Майский, 2023

Рабочая программа дисциплины (модуля) составлена с учетом требований:

- федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 36.03.02 Зоотехния, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 22.09.2017 г. № 972;

- порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования РФ от 06.04.2021 г., № 245;

- профессионального стандарта «Селекционер по племенному животноводству», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 21.12.2015г. № 1034н;

- профессионального стандарта «Специалист по зоотехнии», утвержденного приказом Министерством труда и социальной защиты Российской Федерации от 14 июля 2020 г. № 423н.

Составители: старшие преподаватели – Герей Л.В., Салашная Е.А., Корниенко Е.М.

Рассмотрена на заседании СОЦ

«27» марта 2023 г., протокол № 6

Руководитель _____  Репин А.Ю.

Согласована с выпускающей кафедрой общей и частной зоотехнии

« 24 » мая _____ 2023 г., протокол № 10а

Зав. кафедрой _____  Татьянаичева О.Е.

Руководитель основной профессиональной образовательной программы

_____  Ястребова О.Н.

I. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1 Цели освоения дисциплины:

Целью освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» является 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 жизни и профессиональной деятельности.

1.2 Задачи:

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям 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 и спорте;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

II. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ (ООП)

2.1. Цикл (раздел) ООП, к которому относится дисциплина

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к дисциплинам обязательной части (Б1.О.04) основной профессиональной образовательной программы.

2.2. Логическая взаимосвязь с другими частями ООП

| | |
|---|------------|
| Наименование предшествующих дисциплин, практик, на которых базируется данная дисциплина (модуль) | 1. История |
| | |

| | |
|---|--|
| <p>Требования к предварительной подготовке обучающихся</p> | <p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ общие базовые сведения по истории и безопасности жизнедеятельности; ➤ историю возникновения и развития физической культуры с древних времен по настоящее время; ➤ степень варьирования физической нагрузки, в зависимости от возрастных и индивидуальных особенностей и уровня физической подготовленности. <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ анализировать свое физическое состояние <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ теоретическими знаниями о развитии и совершенствовании умений и навыков в области физической культуры; ➤ способностью к самосовершенствованию и самообразованию, желанием поддерживать здоровый образ жизни. |
|---|--|

III. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ, СООТВЕТСТВУЮЩИЕ ФОРМИРУЕМЫМ КОМПЕТЕНЦИЯМ

| Коды компетенций | Формулировка компетенции | Индикаторы достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине |
|------------------|--|---|---|
| УК-7 | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | УК-7.1 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни | <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности. - основы здорового образа жизни. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять индивидуальные комплексы упражнений оздоровительной и адаптивной физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетической гимнастики; - выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | | <p>укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.</p> |
| | | <p>УК-7.2 Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности</p> | <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы здорового образа жизни. - приемы, методы, технологии, которые не наносят прямого или косвенного вреда здоровью - методы и средства физического развития и физической подготовленности с учетом реализации конкретной профессиональной деятельности. - основы здоровьесберегающих технологий. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять индивидуальные комплексы упражнений оздоровительной и адаптивной физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетической гимнастики; - решать задачи охраны здоровья - выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического |

| | | | |
|--|--|--|---|
| | | | самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности. |
|--|--|--|---|

IV. ОБЪЕМ, СТРУКТУРА, СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ, ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ И ФОРМЫ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

4.1. Распределение объема учебной работы по формам обучения

| Вид работы (в соответствии с учебным планом) | Объем учебной работы, час | |
|--|---------------------------|--------------|
| | Очная | Заочная |
| Формы обучения (вносятся данные по реализуемым формам) | 1 | 1 |
| Семестр изучения дисциплины | 1 | 1 |
| Общая трудоемкость, всего, час | 72 | 72 |
| зачетные единицы | 2 | 2 |
| 1. Контактная работа | | |
| 1.1. Контактная аудиторная работа (всего) | 32,25 | 11,25 |
| В том числе: | | |
| Лекции (<i>Лек</i>) | - | - |
| Лабораторные занятия (<i>Лаб</i>) | - | - |
| Практические занятия (<i>Пр</i>) | 32 | 6 |
| Установочные занятия (<i>УЗ</i>) | - | 2 |
| Предэкзаменационные консультации (<i>Конс</i>) | - | - |
| Текущие консультации (<i>ТК</i>) | - | 3 |
| 1.2. Промежуточная аттестация | | |
| Зачет (<i>КЗ</i>) | 0,25 | 0,25 |
| Экзамен (<i>КЭ</i>) | - | - |
| Выполнение курсовой работы (проекта) (<i>КНKP</i>) | - | - |
| Выполнение контрольной работы (<i>ККН</i>) | - | - |
| 1.3. Контактная внеаудиторная работа (контроль) | 16 | 4 |
| 2. Самостоятельная работа обучающихся (всего) | 23,75 | 56,75 |
| в том числе: | | |
| Самостоятельная работа по проработке лекционного материала | - | - |
| Самостоятельная работа по подготовке к лабораторно-практическим занятиям | 10 | 14 |
| Работа над темами (вопросами), вынесенными на самостоятельное изучение | 6 | 14 |
| Самостоятельная работа по видам индивидуальных заданий: подготовка реферата (контрольной работы) | 6 | 14 |
| Подготовка к зачету | 1,75 | 14,75 |

4.2 Общая структура дисциплины и виды учебной работы

| Наименование модулей и разделов дисциплины | Объемы видов учебной работы по формам обучения, час | | | | | | | |
|--|---|----------|----------------------------|------------------------|------------------------|----------|----------------------------|------------------------|
| | Очная форма обучения | | | | Заочная форма обучения | | | |
| | Всего | Лекции | Лабораторно-практ. занятия | Самостоятельная работа | Всего | Лекции | Лабораторно-практ. занятия | Самостоятельная работа |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 6 | 7 | 8 | 9 | 11 |
| Модуль 1. Физическая культура и спорт | 72 | - | 32 | 23,75 | 72 | - | 6 | 56,75 |
| Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Социально-биологические основы физической культуры | | | 4 | 3 | | | 1 | 7 |
| Тема 2. Основы здорового образа жизни студента, физическая культура в обеспечении здоровья | | | 4 | 3 | | | 0,5 | 7 |
| Тема 3. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности, средства физической культуры в регулировании работоспособности | | | 4 | 3 | | | 1 | 7 |
| Тема 4. Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания | | | 4 | 3 | | | 0,5 | 7 |
| Тема 5. Основные методы самостоятельных занятий физическими упражнениями | | | 4 | 3 | | | 0,5 | 7 |
| Тема 6. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или системы физических упражнений. Особенности занятия избранным видом спорта или системой физических упражнений. | | | 4 | 2,75 | | | 1 | 7 |
| Тема 7. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом | | | 4 | 3 | | | 0,5 | 7 |
| Тема 8. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов. | | | 4 | 3 | | | 1 | 7,75 |
| <i>Предэкзаменационные консультации</i> | | | - | | | | - | |
| <i>Текущие консультации</i> | | | - | | | | 3 | |
| <i>Установочные занятия</i> | | | - | | | | 2 | |
| <i>Промежуточная аттестация</i> | | | 0,25 | | | | 0,25 | |
| <i>Контактная аудиторная работа (всего)</i> | 32,25 | - | 32 | - | 11,25 | | 6 | - |
| <i>Контактная внеаудиторная работа (всего)</i> | | | 16 | | | | 4 | |
| <i>Самостоятельная работа (всего)</i> | | | 23,75 | | | | 56,75 | |

| Наименование модулей и разделов дисциплины | Объемы видов учебной работы по формам обучения, час | | | | | | | |
|--|---|--------|----------------------------|------------------------|------------------------|--------|----------------------------|------------------------|
| | Очная форма обучения | | | | Заочная форма обучения | | | |
| | Всего | Лекции | Лабораторно-практ. занятия | Самостоятельная работа | Всего | Лекции | Лабораторно-практ. занятия | Самостоятельная работа |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 6 | 7 | 8 | 9 | 11 |
| Общая трудоемкость | 72 | | | | 72 | | | |

4.3 Содержание дисциплины

| Наименование и содержание модулей и разделов дисциплины |
|--|
| Модуль 1. «Физическая культура и спорт» |
| 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Социально-биологические основы физической культуры. |
| 1.1 Общие основы теории и методики физического воспитания. |
| 1.2 Система физического воспитания, принципы, методы, структура и средства обучения. |
| 2. Основы здорового образа жизни студента, физическая культура в обеспечении здоровья |
| 2.1 Здоровье в системе общечеловеческих ценностей. Основные понятия: здоровье, здоровье физическое и психическое, здоровый образ жизни. |
| 2.2 Здоровый образ жизни и его составляющие. Системы самооздоровления и самосовершенствования. |
| 2.3 Движение и здоровье. |
| 3. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности, средства физической культуры в регулировании работоспособности |
| 3.1 Общие основы психологии физического воспитания и спорта. |
| 3.2 Динамика работоспособности студентов и факторы ее определяющие. |
| 3.3 Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности. |
| 4. Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания. |
| 4.1 Понятия: общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, массовый спорт, спорт высших достижений. |
| 4.2 Любительский и профессиональный спорт. |
| 5. Основные методы самостоятельных занятий физическими упражнениями. |
| 5.1 Использование принципов: всесторонности, сознательности, повторности, постепенности и индивидуализации при занятиях физическими упражнениями. |
| 5.2 Физическое воспитание взрослого населения. |
| 6. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или системы физических упражнений. Особенности занятия избранным видом спорта или системой физических упражнений. |
| 6.1 Спорт в современном обществе, спортивная тренировка, спортивная ориентация и отбор. |
| 7. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом |
| 7.1 Диагностика физического состояния, физической подготовленности, дозирование и |

| |
|---|
| Наименование и содержание модулей и разделов дисциплины |
| варьирование нагрузки во время занятий физическими упражнениями |
| 8. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов. |
| 8.1 Особенности профессиональной деятельности и специальные профессиональные двигательные качества и навыки. |
| 8.2 Предупреждение профессиональных заболеваний и восстановление работоспособности, средства укрепления здоровья. |

V. ОЦЕНКА ЗНАНИЙ И ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

5.1. Формы контроля знаний, рейтинговая оценка и формируемые компетенции (очная форма обучения)

| № п/п | Наименование рейтингов, модулей и блоков | Формируемые компетенции | Объем учебной работы | | | | Форма контроля знаний | Количество баллов (min) | Количество баллов (max) |
|-------|--|-----------------------------------|----------------------|--------|-----------------------|----------------|--|-------------------------|-------------------------|
| | | | Общая трудоемкость | Лекции | Лабор.-практ. занятия | Самост. работа | | | |
| | Всего по дисциплине | УК 7 УК 7.1 УК 7.2 | 72 | | 32 | 23,75 | | 51 | 100 |
| | <i>I. Рубежный рейтинг</i> | | | | | | | 31 | 60 |
| | Модуль 1. «Физическая культура и спорт» | УК 7 УК 7.1 УК 7.2 | 72 | | 32 | 23,75 | <i>Устный опрос, тестовый контроль, реферативная работа*</i> | | |

| | | | | | | | | | |
|-------------------------------|---|--|--|--|---|------|---|---|---|
| 1. | Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Социально-биологические основы физической культуры | | | | 4 | 3 | Устный опрос | | |
| 2. | Основы здорового образа жизни студента, физическая культура в обеспечении здоровья | | | | 4 | 3 | Устный опрос | | |
| 3. | Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности, средства физической культуры в регулировании работоспособности | | | | 4 | 3 | Устный опрос | | |
| 4. | Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания | | | | 4 | 3 | Устный опрос | | |
| 5 | Основные методы самостоятельных занятий физическими упражнениями | | | | 4 | 3 | Устный опрос | | |
| 6 | Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или системы физических упражнений. Особенности занятия избранным видом спорта или системой физических упражнений | | | | 4 | 2,75 | Устный опрос | | |
| 7 | Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом | | | | 4 | 3 | Устный опрос | | |
| 8 | Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов. | | | | 4 | 3 | Устный опрос | | |
| II. Творческий рейтинг | | | | | | | Тестовый контроль, реферативная работа* | 2 | 5 |

| | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|----|----|
| III. Рейтинг личностных качеств | | | | | | Участие в соревнованиях и конференциях | 3 | 10 |
| IV. Рейтинг сформированности прикладных практических требований | | | | | | | + | + |
| V. Промежуточная аттестация | | | | | | Зачет | 15 | 25 |

* для студентов специального отделения и временно освобождённых от практических занятий по физической культуре, инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

5.2. Оценка знаний студента

5.2.1. Основные принципы рейтинговой оценки знаний

Оценка знаний по дисциплине осуществляется согласно положению «О единых требованиях к контролю и оценке результатов обучения: Методические рекомендации по практическому применению модульно-рейтинговой системы обучения».

Уровень развития компетенций оценивается с помощью рейтинговых баллов.

| Рейтинги | Характеристика рейтингов | Максимум баллов |
|--|---|-----------------|
| Рубежный | Отражает работу студента на протяжении всего периода освоения дисциплины. Определяется полученными баллами по результатам освоения модуля. | 60 |
| Творческий | Участие в различных видах соревнований на протяжении всего курса освоения дисциплины, участие в волонтерском движении. | 5 |
| Рейтинг личностных качеств | Оценка личностных качеств обучающихся, проявленных ими в процессе реализации дисциплины (модуля) (дисциплинированность, посещаемость учебных занятий, сдача вовремя контрольных мероприятий, ответственность, инициатива и др.) | 10 |
| Рейтинг сформированности прикладных практических требований. | Оценка результата сформированности практических навыков по дисциплине (модулю), определяемый преподавателем перед началом проведения промежуточной аттестации и оценивается как «зачтено» или «не зачтено». | + |
| Промежуточная аттестация. | Является результатом аттестации на окончательном этапе освоения дисциплины. Отражает уровень освоения информационно-теоретического компонента в целом и основ практической деятельности в частности. | 25 |
| Итоговый рейтинг | Определяется путём суммирования всех рейтингов | 100 |

Итоговая оценка компетенций студента осуществляется путём автоматического перевода баллов общего рейтинга в стандартные оценки:

| | | | |
|----------------|--------------|----------------|-----------------|
| Не зачтено | Зачтено | Зачтено | Зачтено |
| менее 51 балла | 51-67 баллов | 67,1-85 баллов | 85,1-100 баллов |

5.2.2. Критерии оценки знаний студента на зачете

Оценка «зачтено» ставится в том случае, если итоговый рейтинг студента составил 51 и более баллов и обучающийся:

- владеет знаниями, выделенными в качестве требований к знаниям обучающихся в области изучаемой дисциплины;
- демонстрирует глубину понимания учебного материала с логическим и аргументированным его изложением;
- владеет основным понятийно-категориальным аппаратом по дисциплине;
- демонстрирует практические умения и навыки, выделенные в качестве требований к знаниям обучающихся в области изучаемой дисциплины

Оценка «не зачтено» ставится в том случае, если итоговый рейтинг студента составил менее 51 баллов и обучающийся:

- демонстрирует знания по изучаемой дисциплине, но отсутствует глубокое понимание сущности учебного материала;
- допускает ошибки в изложении фактических данных по существу материала, представляется неполный их объем;
- демонстрирует недостаточную системность знаний;
- проявляет слабое знание понятийно-категориального аппарата по дисциплине;
- проявляет непрочность практических учений и навыков, выделенных в качестве требований к знаниям обучающихся в области дисциплины

В этом случае студент сдаёт зачёт в форме устных и письменных ответов на любые вопросы в пределах освоенной дисциплины.

5.2.3. Критерии оценки знаний студента на экзамене

Не предусмотрено

VI. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Основная учебная литература

1. Коджаспиров, Ю. Г. Секреты успеха уроков физкультуры : учебно-методическое пособие / Ю. Г. Коджаспиров. — Москва: Спорт-Человек, 2018. — 192 с. — ISBN 978-5-9500178-2-7. — Текст: электронный // Лань :

электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/104022> (дата обращения: 26.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей

6.2. Дополнительная литература:

1. Емельянова, Л. А. Основы врачебного контроля в адаптивной физкультуре (по направлению подготовки 49.03.02 и 49.04.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» (Адаптивная физическая культура) : учебное пособие / Л. А. Емельянова, И. Н. Иванов. — Волгоград : ВГАФК, 2016. — 231 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/158065> (дата обращения: 26.05.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Севастьянов, В. В. Вопросы физического воспитания студентов : монография / В. В. Севастьянов, Е. А. Стеблецов, В. И. Воропаев. — Воронеж : ВГАУ, 2021. — 155 с. — ISBN 978-5-7267-1198-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/181811>

3. Зотова, Ф. Р. Методические основы физической культуры : учебно-методическое пособие / Ф. Р. Зотова, С. В. Садыкова. — Казань : Поволжский ГУФКСиТ, 2016. — 57 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/154981>

4. Зотова, Ф. Р. Основы теории и методики физической культуры : учебное пособие / Ф. Р. Зотова, С. В. Садыкова. — Казань : Поволжский ГУФКСиТ, 2019. — 84 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/154983>

5. Ермоленко С.А., Скрыпченко В.А., Багиров Ш.Ш. Методические рекомендации для студентов 1-4 курсов всех специальностей и тренеров – преподавателей. – Учебно – методическое пособие - Белгород Белгородский ГАУ – Белгород: Изд-во Белгородский ГАУ 2020 г. – 54 с.

6. Мамадиев А.Б., Головкин Н.Г., Панарин А.И., Савченко И.Ю. Режимы спортивных упражнений. – Учебно – методическое пособие. (Для самостоятельной работы студентов) / Белгородский ГАУ. – Белгород: Изд-во Белгородский ГАУ, 2020 г. – 28 с.

7. Письменский И.А. Физическая культура: учебник для академического бакалавриата / И.А. Письменский, Ю.А. Аллянов. – М.: Юрайт, 2016 г.- 493 с.

6.2.1. Периодические издания

1. Журнал «Физкультура и спорт». – Режим доступа: <http://fismag.ru/>

2. Журнал «Спортивная смена». - Режим доступа: https://vk.com/sport_smena

6.3. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Приступая к изучению дисциплины, обучающимся необходимо внимательно ознакомиться с тематическим планом занятий, списком рекомендованной литературы.

Преподавание дисциплины предусматривает: практические занятия, самостоятельную работу (изучение теоретического материала; подготовка к практическим занятиям; выполнение домашних заданий, в т.ч. рефераты, доклады; индивидуальные расчеты по методическим указаниям к изучению дисциплины, выполнение тестовых заданий, устным опросам, зачетам и пр.), консультации преподавателя.

Каждое практическое занятие целесообразно начинать с повторения теоретического материала, который будет использован на нем. Для этого очень важно четко сформулировать цель занятия и основные знания, умения и навыки, которые студент должен приобрести в течение занятия. На практических занятиях преподаватель принимает решенные и оформленные надлежащим образом различные задания, он должен проверить правильность их оформления и выполнения, оценить глубину знаний данного теоретического материала, умение анализировать и решать поставленные задачи, выбирать эффективный способ решения, умение делать выводы.

Нельзя ограничиваться только имеющейся учебной литературой (учебниками и учебными пособиями). Обращение к монографиям, статьям из специальных журналов, хрестоматийным выдержкам, а также к материалам средств массовой информации позволит в значительной мере углубить проблему, что разнообразит процесс ее обсуждения. С другой стороны, обучающимся следует помнить, что они должны не просто воспроизводить сумму полученных знаний по заданной теме, но и творчески переосмыслить существующие в современной науке подходы к пониманию тех или иных проблем, явлений, событий, продемонстрировать и убедительно аргументировать собственную позицию.

Теоретический материал по тем темам, которые вынесены на самостоятельное изучение, обучающийся прорабатывает в соответствии с вопросами для подготовки к зачету. Пакет заданий для самостоятельной работы выдается в начале семестра, определяются конкретные сроки их выполнения и сдачи. Результаты самостоятельной работы контролируются преподавателем и учитываются при аттестации обучающегося (при сдаче зачета). Задания для самостоятельной работы составляются, как правило, по темам и вопросам, по которым не предусмотрены аудиторские занятия, либо требуется дополнительно проработать и проанализировать рассматриваемый преподавателем материал в объеме запланированных часов.

Для закрепления теоретического материала обучающиеся выполняют различные задания (тестовые задания, рефераты, задачи, и проч.). Их выполнение призвано привлечь внимание обучающихся на наиболее сложные, ключевые и дискуссионные аспекты изучаемой темы, помочь систематизировать и лучше усвоить пройденный материал. Такие задания могут быть использованы как для проверки знаний обучающихся

преподавателем в ходе проведения промежуточной аттестации на практических занятиях, а также для самопроверки знаний обучающимися.

При самостоятельном выполнении заданий обучающиеся могут выявить тот круг вопросов, который усвоили слабо, и в дальнейшем обратить на них особое внимание. Контроль самостоятельной работы обучающихся по выполнению заданий осуществляется преподавателем с помощью выборочной и фронтальной проверок на практических занятиях.

Консультации преподавателя проводятся в соответствии с графиком. Обучающийся может ознакомиться с ним на информационном стенде. При необходимости дополнительные консультации могут быть назначены по согласованию с преподавателем в индивидуальном порядке.

Содержание и методика выполнения практических заданий, методические рекомендации для самостоятельной работы содержатся в УМК дисциплины.

6.3.1. Методические рекомендации по освоению дисциплины

1. Студенты обязаны ежегодно проходить медицинское обследование по месту жительства и получения справки КЭК о группе здоровья.

2. По заключению врача, студенты распределяются в учебные отделения: основное (практически здоровые студенты); подготовительное (имеющие ограничения двигательной активности); специальное медицинское (студенты с ограниченными возможностями здоровья) и спортивное (имеющие высокий уровень физической подготовленности, опыт учебно-тренировочной работы и участие в соревнованиях по избранному виду спорта).

3. Студент имеет право переходить из одного учебного отделения в другое только после окончания семестра по предоставлению справки КЭК о группе здоровья.

4. Студенты основного, подготовительного и специального медицинского отделения занимаются один раз в неделю (2 часа) по расписанию занятий студентов соответствующего факультета дисциплины «Физическая культура и спорт».

5. Студенты спортивного отделения занимаются два раза в неделю (4-6 часов) во второй половине дня (с 16:20 часов) согласно расписанию. Для студентов спортивного отделения часы по дисциплине «Физическая культура и спорт» могут быть дополнены 2-4 часами в неделю за счет факультативного курса (по решению ученого совета Университета).

6. Студенты обязаны посещать учебно-тренировочные занятия только в спортивной форме.

7. Студенты, пропустившие более 6-ти часов учебно-тренировочных занятий, обязаны отработать их до начала экзаменационной сессии у ведущего преподавателя.

8. Студенты, временно освобожденные от учебно-тренировочных занятий после перенесенных заболеваний, обязаны присутствовать на занятиях по расписанию и выполнять задания методико-практического раздела

программы.

9. Студенты обязаны сдать контрольные нормативы и зачетные требования строго по графику в период контрольных занятий согласно рабочей программе дисциплины.

10. Студенты совместно с преподавателем оценивают свой уровень подготовленности по дисциплине «Физическая культура и спорт» и определяют пути его повышения. Студенты дополнительно самостоятельно обязаны заниматься: 2 часа в неделю, если они имеют «повышенный» уровень; 4 часа в неделю – «достаточный»; 6 часов в неделю – «недостаточный».

11. Студенты, освобожденные от практических занятий по состоянию здоровья, оцениваются по результатам семестровой работы.

12. Студенты обязаны овладевать теоретическими знаниями и практическими навыками по дисциплине «Физическая культура и спорт».

13. Студенты обязаны посещать все виды занятий, выполнять в установленные сроки все виды заданий, предусмотренных рабочей программой дисциплины.

14. Студенты обязаны уважать труд и достоинство преподавателей, учебно-вспомогательного персонала и других работников Университета.

15. Студенты обязаны соблюдать Устав университета, правила внутреннего распорядка Университета на спортивных объектах, распоряжения и указания руководителя центра.

16. Студенты обязаны стремиться к повышению уровня физической культуры, нравственному и физическому совершенствованию, способствовать развитию и росту престижа Университета.

17. Студенты обязаны бережно относиться к материальным ценностям, находящимся на спортивных объектах Университета.

6.4. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы.

База статистических данных по развитию физической культуры и спорта в РФ – <https://www.minsport.gov.ru/sport/physicalculture/statisticheskaya-inf/>

Официальный сайт студенческого спортивного союза России - <http://www.studsport.ru/>

Официальный сайт FISU - International University Sports Federation - <http://www.fisu.net/>

База методических рекомендаций по производственной гимнастике с учетом факторов трудового процесса (Министерства спорта РФ) - <https://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/41/31578/>

Официальный сайт студенческого спортивного союза России - <http://www.studsport.ru/>

Официальный сайт FISU - International University Sports Federation - <http://www.fisu.net/>

6.5. Перечень программного обеспечения, информационных технологий.

В качестве программного обеспечения используются программы офисного пакета Windows7, Microsoft office 2010 standard, Антивирус Kaspersky Endpoint security стандартный.

Электронная информационно-образовательная среда ФГБОУ ВО Белгородский государственный аграрный университет имени В.Я. Горина. Система электронной поддержки учебных курсов.

VII. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Спортивно- образовательный центр Белгородского ГАУ имеет оборудованные специализированные спортивные залы, в которых можно проводить учебные занятия по следующим видам спорта: баскетболу, волейболу, настольному теннису, мини-футболу, гандболу, атлетизму, армспорту, пауэрлифтингу, греко-римской борьбе, каратэ-до, кикбоксингу, ритмической гимнастике, фитнесу и аэробике. Общая площадь крытых спортивных сооружений составляет более 3000 м².

| № 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 |
|-------|---|---|--|
| 1 | «Физическая культура и спорт» | Спортивный зал в здании технологического факультета 1. Спортивный зал. Физкультурно-оздоровительный комплекс 1. Спортивный зал 2. Тренажерный зал 3. Футбольное поле 4. Теннисный корт 5. Спортивный городок | Оборудован: 1.1. Шведская стенка – 6 шт., 1.2. Нестандартное оборудование (перекладина) – 2 шт. Баскетбольные фермы – 2 шт. Стойки волейбольные с сеткой – 1 комп. Гимнастические маты – 15 шт. Футбольные ворота – 2 шт. Шведские стенки – 4 шт. Тренажеры, диски, грифы, гантели, медицинские веса, шведская стенка Ворота футбольные Оборудован: - теннисный стол – 2 шт. - перекладина разновысокая – 3 шт. - брусья параллельные – 1 шт. - тренажер – 2 шт. |

| | | | |
|--|--|--|---|
| | | <p>6. Волейбольная площадка</p> <p>Учебный корпус №1 1. Гимнастический зал (борцовский)</p> <p>2. Зал для настольного тенниса и дартса</p> <p>Общежитие №5 1. Шахматный клуб</p> <p>2. Универсальный зал</p> <p>Общежитие №7 1. Новые открытые площадки 1.1. Теннисный корт 1.2. Волейбольная площадка 1.3. Площадка для мини-футбола</p> | <p>Стойки волейбольные с сеткой</p> <p>Гимнастический ковер Боксерские груши, скакалки, гантели, обручи, штанги с блинами</p> <p>Стол для настольного тенниса – 4 шт., 8 мишеней для дартса</p> <p>Шахматные столы, стулья, стенды,</p> <p>Оборудован: - музыкальный центр - гантели - велотренажер - степдоска - мячи-фитболы - станки – 3 шт. - коврики</p> <p>Стойки с сеткой для большого тенниса, кресла пластиковые Стойки с сеткой для волейбола, кресла пластиковые Футбольные ворота, кресла пластиковые</p> |
|--|--|--|---|

7.3. Электронные библиотечные системы и электронная информационно-образовательная среда

- ЭБС «ZNANIUM.COM», договор на оказание услуг № 525эбс – 4.1.22.1836 с Обществом с ограниченной ответственностью «ЗНАНИУМ» от 03.11.2022;
- ЭБС «AgriLib», дополнительное соглашение № 1 от 31.01.2020/33 к Лицензионному договору №ПДД 3/15 на предоставление доступа к электронно-библиотечной системе ФГБОУ ВПО РГАЗУ от 15.01.2015;
- ЭБС «Лань», договор №1-14-2022 с Обществом с ограниченной ответственностью «Издательство Лань» от 26.09.2022;

– ЭБС «Рукопт», договор №ДС-284 от 15.01.2016 с открытым акционерным обществом «ЦКБ» БИБКОМ», с обществом с ограниченной ответственностью «Агентство «Книга-Сервис».

VIII. ОСОБЕННОСТИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

В случае обучения в университете инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья учитываются особенности психофизического развития, индивидуальные возможности и состояние здоровья таких обучающихся.

Образование обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах. Обучающиеся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечены печатными и (или) электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья. Обучение инвалидов осуществляется также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида (при наличии).

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху возможно предоставление учебной информации в визуальной форме (краткий конспект лекций; тексты заданий). На аудиторных занятиях допускается присутствие ассистента, а также сурдопереводчиков и (или) тифлосурдопереводчиков. Текущий контроль успеваемости осуществляется в письменной форме: обучающийся письменно отвечает на вопросы, письменно выполняет практические задания. Доклад (реферат) также может быть представлен в письменной форме, при этом требования к содержанию остаются теми же, а требования к качеству изложения материала (понятность, качество речи, взаимодействие с аудиторией и т. д.) заменяются на соответствующие требования, предъявляемые к письменным работам (качество оформления текста и списка литературы, грамотность, наличие иллюстрационных материалов и т.д.). Промежуточная аттестация для лиц с нарушениями слуха проводится в письменной форме, при этом используются общие критерии оценивания. При необходимости время подготовки к ответу может быть увеличено.

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению университетом обеспечивается выпуск и использование на учебных занятиях альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт или аудиофайлы) а также обеспечивает обучающихся надлежащими звуковыми средствами воспроизведения информации (диктофонов и т.д.). Допускается присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую техническую помощь. Текущий контроль успеваемости осуществляется в устной форме. При проведении промежуточной аттестации для лиц с

нарушением зрения тестирование может быть заменено на устное собеседование по вопросам.

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата материально-технические условия университета обеспечивают возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, а также пребывания в них (наличие пандусов, поручней, расширенных дверных проемов, лифтов; наличие специальных кресел и других приспособлений). На аудиторных занятиях, а также при проведении процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации лицам с ограниченными возможностями здоровья, имеющим нарушения опорно-двигательного аппарата могут быть предоставлены необходимые технические средства (персональный компьютер, ноутбук или другой гаджет); допускается присутствие ассистента (ассистентов), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь (занять рабочее место, передвигаться по аудитории, прочесть задание, оформить ответ, общаться с преподавателем).