

Министерство сельского хозяйства Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
Казанская государственная академия ветеринарной медицины
имени Н.Э. Баумана



«УТВЕРЖДАЮ»

Проректор по учебно-воспитательной
работе и молодежной политике
доцент *Д.Н. Мингалеев*

«20» *апреля* 2022 год

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.В.01 Элективные курсы по физической культуре и спорту»

Образовательная программа	<u>36.03.02 «Зоотехния»</u>
Направленность	<u>Кинология</u>
Квалификация выпускника	<u>Бакалавр</u>
Форма обучения	<u>очная</u>

г. Казань, 2022


Рабочая программа дисциплины «Б1.В.01 Элективные курсы по физической культуре и спорту»

Составил  профессор И.Х. Вахитов

Рассмотрена и одобрена на заседании кафедры физического воспитания
протокол № 8
« 14 » апреля 2022 г.


Зав. кафедрой, профессор  И.Х. Вахитов

Одобрена на заседании методического совета факультета протокол № 7

Председатель методической комиссии,
профессор  Р.И. Михайлова
« 18 » апреля 2022 г.

Декан факультета биотехнологии и стандартизации,
доцент  Р.Н. Файзрахманов
« 21 » апреля 2022 г.

Согласовано:

Заведующий
библиотекой  Ч.А. Харисова

« 18 » апреля 2022 г.

Содержание

- 1 Цели и задачи дисциплины
- 2 Место дисциплины в структуре ООП
- 3 Входные требования для освоения дисциплины (модуля), предварительные условия
- 4 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения ООП (компетенциями выпускников)
5. Язык(и) преподавания
6. Структура и содержание дисциплины (модуля)
 - 6.1. Структура дисциплины (модуля)
 - 6.2. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) и видам занятий
 - 6.3 Лекционные занятия
 - 6.4 Практические занятия
 - 6.5 Самостоятельная работа
- 7 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины
 - 7.1 Литература
 - 7.2 Методические указания, рекомендации и другие материалы к занятиям
 - 7.3 Программное обеспечение и интернет-ресурсы
- 8 Материально-техническое обеспечение дисциплины

1 Цели и задачи освоения дисциплины

1.1. Целью освоения дисциплины (модуля) физическая культура является содействие формированию всесторонне развитой личности в процессе физического совершенствования, пропаганде здорового образа жизни, способности направленного использования разнообразных средств и методов физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

1.2 Задачами освоения дисциплины являются:

- понимание роли физической культуры в развитии личности и подготовке 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 обучающегося к будущей профессии;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.
- овладение методикой формирования и выполнения комплекса упражнений оздоровительной направленности для самостоятельных занятий, способами самоконтроля при выполнении физических нагрузок различного характера, правилами личной гигиены, рационального режима труда и отдыха.
- подготовка к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО.

2 Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту» представляет собой самостоятельную дисциплину, выступающую составной частью образовательной программы по направлению подготовки 36.03.02 Зоотехния и относится к блоку 1 – дисциплины, к части, формируемой участниками образовательных отношений основной образовательной программы, код дисциплины – Б1.В.01.

3 Входные требования для освоения дисциплины (модуля), предварительные условия

До освоения дисциплины должны быть сформированы:

Требования к структуре основных образовательных программ подготовки бакалавриата:

Обучающийся при изучении дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» должен

знать: Теорию и методику самостоятельных занятий по физической культуре. Знать индивидуальные особенности своего организма. Средства и методы развития основных физических качеств.

уметь: Правильно выполнять физические упражнения, уметь составлять комплексы упражнений для развития различных физических качеств.

владеть: Техникой выполнения упражнений на любые группы мышц. Владеть навыками самоконтроля физического состояния, теоретическими знаниями для физического совершенствования.

4 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения ООП (компетенциями выпускников)

В результате освоения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» формируются следующие компетенции или их составляющие:

универсальных компетенций (УК 7)

Формируемые компетенции (код и формулировка компетенции)	Индикатор достижений	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), характеризующие этапы формирования компетенций
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ИД-1 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.	ИД1(УК-7) Знать методы сохранения и укрепления физического здоровья в условиях полноценной социальной и профессиональной деятельности; социально-гуманитарную роль физической культуры и спорта в развитии личности; (УК-7) Уметь организовывать режим времени, приводящий к здоровому образу жизни; использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития,

		<p>физического самосовершенствования, формирования здорового образа; (УК-7) Владеть опытом спортивной деятельности и физического самосовершенствования и самовоспитания; способностью к организации своей жизни в соответствии с социально-значимыми представлениями о здоровом образе жизни;</p>
	<p>ИД-2 Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.</p>	<p>ИД2(УК-7) Знать роль физической культуры и принципы здорового образа жизни; влияние 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; (УК-7) Уметь выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, ритмической и аэробной гимнастики, упражнения атлетической гимнастики; выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации; выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки; (УК-7) Владеть Методикой самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма; методикой организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях.</p>

5. Язык(и) преподавания

Образовательная деятельность по образовательной программе направления подготовки бакалавров 36.03.02 «Зоотехния» дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» осуществляется на государственном языке Российской Федерации – русском.

6. Структура и содержание дисциплины (модуля)

6.1. Структура дисциплины (модуля)

Объем дисциплины составляет 2 зачетных единиц, всего 328 часа, из которых 328 часов составляет контактная работа обучающегося с преподавателем (328 часов практические занятия).

Вид учебной работы	Всего зачетных единиц	Всего часов		Семестры			
		очная	заочная	очная		заочная	
				3,4,5, 6 семестры			
ОБЩАЯ ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ), в т.ч. по РУП:		328	-	328			
КОНТАКТНАЯ РАБОТА ОБУЧАЮЩЕГОСЯ С ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ		328		328			
Лекции (Лк)							
Практические (семинарские) занятия (ПЗ)		328		328			
САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА ОБУЧАЮЩЕГОСЯ							
Контроль							
ВИД ПРОМЕЖУТОЧНОГО КОНТРОЛЯ (З – зачет)	3	3		3			

6.2. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) и видам занятий

Наименование и краткое содержание разделов и тем дисциплины (модуля), форма промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)	Всего (часы)	В том числе							Формируемые результаты обучения (знания, умения, навыки)	Применяемые образовательные технологии	Оценочные средства	
		Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем) (часы), из них				Самостоятельная работа обучающегося (часы), из них						
		Занятия лекционного типа	Занятия практического / семинарского типа	Лабораторные работы	Групповые консультации	Всего	Выполнение домашних заданий	Самостоятельное изучение теоретического материала				Подготовка рефератов и т.д.
Раздел 1 Общая физическая подготовка Развитие общей силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости.	40		40			40				ИД1(УК-7) Знать, уметь	ИКТ	ОС1, ОС2
Раздел 2. Ациклические виды спорта Стереотипная программа разнообразных двигательных актов Баскетбол Волейбол	124		124			124				ИД1 (УК 7) знать, Уметь, владеть	ИКТ	ОС1, ОС2
Раздел 3. Циклические виды спорта Легкая атлетика, лыжный спорт, многоборье «ГТО».	124		124			124				ИД2 (УК 7) знать, уметь, владеть	ИКТ	ОС1, ОС2

Раздел 4. Дополнительные виды спорта. Настольный теннис, бадминтон, футбол	40		40			40					ИД2 (УК 7) знать, уметь, владеть	ИКТ	ОС1, ОС2
Промежуточная аттестация <i>зачет</i>													ОС3
Итого	328					328							

Примечание*

- 1) ОС1 - контрольный опрос по разделу
- 2) ОС2 – тесты определения физической подготовленности.
- 3) ОС3 – вопросы для устного (письменного) зачет
- 4) информационно-коммуникационные технологии (ИКТ)

6.3 Лекционные занятия

Лекционные занятия учебным планом не предусмотрены.

Номер раздела (темы)	Тема	Объем в часах	
		Очн.	Заоч.
.....			
Итого			

6.4 Практические занятия

№	Содержание раздела (темы) дисциплины	Время, ак. час	
		очно	заочно
1	Раздел 1. Общая физическая подготовка		
1.1	Тема 1. Развитие общей силы	6	
1.2	Тема 2. Развитие общей быстроты	6	
1.3	Тема 3. Развитие общей выносливости	6	
1.4	Тема 4. Развитие общей гибкости	6	
1.5	Тема 5. Развитие общей ловкости	6	
2	Раздел 2. Ациклические виды спорта.		
2.1	Тема 1. Стереотипная программа разнообразных двигательных актов (собственно-силовые, скоростно-силовые, ситуационные)	14	

Баскетбол			
2.1.1	Тема 1. Обучение и совершенствование держания мяча.	4	
2.2.1	Тема 2. Обучение и совершенствование ловли и передачи мяча.	10	
2.3.1	Тема 3. Обучение и совершенствование ведения мяча.	18	
2.4.1	Тема 4. Обучение и совершенствование перемещений и остановок в баскетболе.	6	
2.5.1	Тема 5. Обучение и совершенствование броска мяча.	22	
2.6.1	Тема 6. Обучение и совершенствование подбора и выбивания мяча.	8	
Волейбол			
2.1.2	Тема 1. Обучение и совершенствование приему и передачи мяча.	18	
2.2.2	Тема 2. Обучение и совершенствование подачи мяча.	16	
2.3.2	Тема 3. Обучение и совершенствование атакующим ударам.	16	
2.4.2	Тема 4. Обучение и совершенствование блокирование мяча.	10	
3	Раздел 3. Циклические виды спорта		
Легкая атлетика			
3.1	Тема 1. Обучение и совершенствование одновременным ходам.	16	
3.2	Тема 1. Обучение и совершенствование специально-беговым упражнениям.	10	
3.3	Тема 2. Обучение и совершенствование видам старта.	10	
3.4	Тема 3. Обучение и совершенствование прыжкам в длину с разбега.	12	
3.5	Тема 4. Обучение и совершенствование передачи эстафетной палочки.	12	
3.6	Тема 5. Обучение и совершенствование бегу на короткие дистанции.	18	
3.7	Тема 6. Обучение и совершенствование бегу на длинные дистанции.	18	
Лыжная подготовка			
3.1.1	Тема 2. Обучение и совершенствование попеременным ходам.	16	
3.2.1	Тема 3. Обучение и совершенствование торможениям.	12	
3.3.1	Тема 4. Обучение и совершенствование подъемам.	10	

4	Раздел 4. Дополнительные виды спорта.		
4.1	Тема 1. Обучение и совершенствование техническим элементам в настольном теннисе.	8	
4.2	Тема 2. Обучение и совершенствование техническим элементам в бадминтоне.	6	
4.3	Тема 3. Обучение и совершенствование техническим элементам в футболе.	18	
	Итого:	328 часов	

6.5 Самостоятельная работа

Самостоятельная работа студентов учебным планом не предусмотрена.

Номер раздела (темы)	Тема	Объем в часах	
		Очн.	Заоч.
		
	Итого		

7 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Элективные курсы по физической культуре и спорту»

7.1 Литература

При изучении дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» в качестве источников информации рекомендуется использовать следующую литературу.

Источники информации	Кол-во экз.
Германов Г.Н. История, теория и организация физической культуры и спорта. 150 вопросов абитуриенту [Электронный ресурс]: Ответы и самоконтроль. Учебное пособие для абитуриентов/ Германов Г.Н., Злобина М.Е., Хомяк П.А.— Электронно текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2015.— 365 с.	ЭБС Библиокомплектатор, http://www.iprbookshop.ru/27256
Письменский, И. А. Физическая культура: учебник для вузов / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 450 с.	Образовательная платформа Юрайт: https://urait.ru/bcode/51117

7.2 Методические указания, рекомендации и другие материалы к занятиям

Перечень методических указаний
Основы здорового образа жизни студентов и молодежи / С. С. Чинкин [и др.] - Казань: Идел-Пресс, 2013.
Основы спортивной подготовки студентов: учебное пособие / сост. С. С. Чинкин [и др.] ; ред. И. Х. Вахитов. - Казань : Отечество, 2012 г.
Физическое воспитание студентов, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе. Учебное пособие / А.В. Изосимова, С.С. Чинкин, А.М. Миндубаев, Р.Н. Файзрахманов, Р.Р. Хисамов, И.Х. Вахитов.– Казань: ФГБОУ ВО Казанская ГАВМ, 2020.- 93 с.
Методика преподавания баскетбола в ВУЗе. Учебное пособие / А.В. Изосимова, С.С. Чинкин, А.М. Миндубаев, Ч.А. Харисова, И.Х. Вахитов. – Казань: ФГБОУ ВО Казанская ГАВМ, 2020. - 127 с.

7.3 Программное обеспечение и интернет-ресурсы

Основные сведения об Электронно-библиотечной системе	Сведения о правообладателе электронно-библиотечной системы и заключенном с ним договоре, включая срок действия заключенного договора
«Издательство ЛАНЬ»	ООО «Издательство ЛАНЬ». Лицензионный договор № 641 от 26.12.2022 г. на предоставление права использования программного обеспечения Срок действия договора с 11.01.2023 г. по 10.01.2024 г.
«ЭБС ЛАНЬ»	ООО «ЭБС ЛАНЬ». Сетевая электронная библиотека аграрных вузов Договор № к13/06-2019 на оказание услуг от 13.06.2019 г. Срок действия договора 5 лет
«Электронное издательство ЮРАЙТ»	ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ». Лицензионный договор № 429 от 29.11.2022 г. Срок действия договора с 11.01.2023 г. по 10.01.2024 г.

Цифровой образовательный ресурс IPRsmart	ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа». На Цифровой образовательный ресурс IPRsmart, электронная библиотечная система «Автоматизированная система управления Цифровой библиотекой IPRsmart (АСУ IPRsmart). Лицензионный договор № 10364/23К от 06.06.2023 г. Срок действия договора с 18.06.2023 г. по 17.06.2024 г.
«ПОЛПРЕД Справочники»	ООО «ПОЛПРЕД Справочники» Соглашение о бесплатном тестовом доступе к Polped.com Обзор СМИ от 22.05.2018 г. Срок действия – бессрочный
Национальная электронная библиотека НЭБ	Национальная электронная библиотека НЭБ (ФГБУ «Российская государственная библиотека») Договор № 101/04/0344/-П о подключении к НЭБ и о предоставлении доступа к объектам НЭБ от 16.07.2018 г. Срок действия – бессрочный
eLIBRARY.RU	ООО «НАУЧНАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ БИБЛИОТЕКА» Лицензионное соглашение № 14717 от 27.01.2017 г. Срок действия – бессрочный
Программное обеспечение «Антиплагиат.ВУЗ»	Программное обеспечение «Антиплагиат.ВУЗ» Лицензионный договор № 5368 на программное обеспечение «Программная система для обнаружения текстовых заимствований в учебных и научных работах «Антиплагиат.ВУЗ 4.0» от 15.08.2022 г. Срок действия договора с 01.09.2022 г. по 01.09.2023 г.
«ВКР-СМАРТ»	ООО «Профобразование» «ВКР-СМАРТ» - «умная» система проверки на заимствования и хранения ВКР Лицензионный договор № 10 096/23 от 28.02.2023 г. Срок действия договора с 01.03.2023 г. по 29.02.2024 г.
SpringerNature	ФГБУ «Российский фонд фундаментальных исследований» (РФФИ) О предоставлении сублицензионного доступа к содержанию база данных издательства SpringerNature на условиях национальной подписки Сублицензионный договор № 809 от 24.06.2019 г. Срок действия договора 5 лет
Система автоматизации библиотек ИРБИС64+	Система автоматизации библиотек ИРБИС64+ Договор № С1-Д13/28-04-2021 об оказании услуг по поставке научно-технической продукции от 19.05.2021 г.
ООО «КонсультантПлюс. Информационные технологии»	ООО «КонсультантПлюс. Информационные технологии» Дополнительное соглашение № 1 к Договору № И-00010567 от 26.12.2016 г. оказания информационных услуг с использованием экземпляра(ов) Специального(ых)

	Выпуска(ов) Системы(м) КонсультантПлюс от 01.01.2020 г. Срок действия – бессрочный
SCIENCE INDEX	ООО НАУЧНАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ БИБЛИОТЕКА Лицензионный договор SCIENCE INDEX № SIO-14717/2022 от 24.11.2022 г. Срок действия с 24.11.2022 г. по 23.11.2023 г.
ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа»	ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа» Лицензионный договор № 2437/20 о размещении и использовании Произведений в электронно-библиотечной системе и Едином электронном образовательном ресурсе от 21.10.2020 г. Срок действия договора 5 лет
ООО «Консультант студента»	Лицензионный договор № 075ЛП-07/22 об использовании электронных версий произведений в базе данных от 27.06.2022 г. Срок действия договора 5 лет

**8 Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)
«Элективные курсы по физической культуре и спорту»**

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.
Элективные курсы по физической культуре	<u>Спортивный зал №1</u>	Щиты баскетбольные; Стойки волейбольные; Сетка волейбольная; Вышка для судейства в волейболе; Стенка шведская; Скамейки гимнастические; Мячи футбольные; Мячи волейбольные; Мячи баскетбольные; Маты гимнастические; Столы для настольного тенниса; Турник; Ракетки для большого тенниса; Ракетки для настольного тенниса; Ракетки для бадминтона; Воланчики; Мячики для настольного тенниса; Мячики для большого тенниса; Ворота для мини-футбола; Сетка для настольного тенниса; Мецин. Бол.; Обручи; Скакалки; Диски; Копья (М/Ж); Ядра (М/Ж); Лыжи пластиковые комплекты.	

	<p><u>Стадион</u> <u>Малый стадион</u> <u>(футбольный):</u></p> <p><u>Малый стадион</u> <u>(Баскетбол/Волейбол):</u></p> <p><u>Тренажерный зал № 277</u></p> <p><u>Хоккейная площадка:</u></p> <p><u>Зал бокса:</u></p> <p><u>Зал борьбы:</u></p> <p><u>Тяжелая атлетика:</u></p> <p><u>Раздевалка женская:</u></p> <p><u>Раздевалка мужская:</u></p>	<p>Ворота футбольные</p> <p>Стойки волейбольные; Сетка волейбольная; Щиты баскетбольные.</p> <p>Гантели разновесовые; Дорожки беговые; Велотренажер; Блок горизонтальной тяги; Станок для жима лежа; Тренажер для верхней части мышц груди, отжим от груди сидя; Тренажер для икроножных мышц; Тренажеры для мышц спины и пресса; Тренажеры для пресса; Тренажер для сгиба и разгиба бедра; Стол для армрестлинга; Блины разновесовые; Грифы; Тренажер турник пресс брусью; Скамья Скотта; Тренажер для развития четырехглавой мышцы бедра Клюшки; Шайбы</p> <p>Ринг; Мешки боксерские; Груши боксерские; Гири разновесовые; Гантели разновесовые; Канат для перетягивания; Подушка боксерская настенная; Лапы тренерские</p> <p>Татами; Маты гимнастические; Ковры борцовские; Манекены борцовские; Скамейка гимнастическая</p> <p>Лестница шведская; Турник; Гантели разновесовые; Блины разновесовые; Тренажер для армрестлинга; Тренажер Баттерфляй; Велотренажер; Многофункциональный грузоблочный тренажер; Тренажер для жима лежа; Конь гимнастический; Маты гимнастические; Силовой тренажер на свободных весах Гакк Машина; Грифы мужские; Гриф женский; Стойки для грифа</p> <p>Скамейки; Шкафы металлические гардеробные Санузел Душ</p> <p>Шкафы металлические гардеробные Санузел Душ</p>	
	<p>Читальный зал библиотеки для самостоятельной работы</p>	<p>Стулья, столы (на 120 посадочных мест), доска аудиторная, трибуна, видеопроектор, экран, ноутбук, набор учебно-наглядных пособий, фонд научной и учебной</p>	<p>1. Microsoft Windows XPProfessional, Лицензия № 42558275 от 07.08.2007, бессрочная; - Microsoft Windows 7</p>

		литературы, компьютеры с выходом в Интернет.	Professional, кодпродукта: 00371-868-0000007-85151 2. - Microsoft Office Professional Plus 2007, Лицензия № 42558275 от 07.08.2007, бессрочная; - MicrosoftOffice 2003, Лицензия № 19265901 от 21.06.2005, бессрочная 3. ООО «КонсультантПлюс. Информационные технологии».
--	--	--	---

ЛИСТ ВНЕСЕНИЯ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Учебный год (20__/20__)	Изменения	Дата и номер протокола заседания кафедры	Дата и номер протокола заседания Ученого совета факультета биотехнологии и стандартизации	Подпись декана факультета биотехнологии и стандартизации
1.	2023-2024	Актуализация для 2023 года набора	Протокол № 17 от 19.05.2023 г.	Протокол № 6 от 24.05.2023 г.	