

**МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

**«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**ИНСТИТУТ ВЕТЕРИНАРНОЙ МЕДИЦИНЫ**

**УТВЕРЖДАЮ**

Заместитель декана факультета заочного обучения

С.А. Гриценко

«21» марта 2019 г.

Кафедра Физического воспитания и спорта

Рабочая программа дисциплины

**Б1.О.38 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ**

Направление подготовки: **35.03.07 Технология производства и переработки  
сельскохозяйственной продукции**

Профиль: **Технология производства, хранения и переработки продукции  
животноводства и растениеводства**

Уровень высшего образования – **бакалавриат**

Квалификация – **бакалавр**

Форма обучения – **заочная**

Троицк

2019

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура и спорт» разработана в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 35.03.07 Технология производства и переработки сельскохозяйственной продукции (уровень высшего образования – бакалавриат), утвержденного Приказом Министерства образования и Российской Федерации от 17.07.2017г. № 669. Рабочая программа предназначена для подготовки специалиста по направлению 35.03.07 Технология производства и переработки сельскохозяйственной продукции

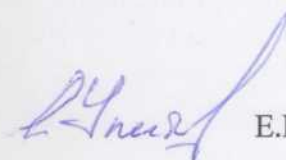
Рабочая программа дисциплины составлена в рамках основной профессиональной образовательной программы (ОПОП) высшего образования и учитывает особенности обучения при инклюзивном образовании инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ).

Составитель - старший преподаватель кафедры Физического воспитания и спорта Колташев, кандидат технических наук, доцент Е.В. Улитин

Рабочая программа дисциплины рассмотрена на заседании кафедры Физического воспитания и спорта

«05» марта 2019 г (протокол № 8а)

И.о. заведующего кафедрой: кандидат технических наук,  
доцент кафедры Физического воспитания и спорта



Е.В. Улитин

Рабочая программа дисциплины одобрена методической комиссией факультета заочного обучения

«21» марта 2019 г. (протокол № 5).

Председатель методической комиссии факультета заочного обучения, доктор сельскохозяйственных наук, профессор



А.А.

Заместитель директора по информационно-библиотечному обслуживанию



А.В.

## СОДЕРЖАНИЕ

1.	Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП	4
1.1.	Цель и задачи дисциплины	4
1.2.	Компетенции и индикаторы их достижений	4
2.	Место дисциплины в структуре ОПОП	5
3.	Объем дисциплины и виды учебной работы	5
3.1.	Распределение объема дисциплины по видам учебной работы	5
3.2.	Распределение учебного времени по разделам и темам	5
4.	Структура и содержание дисциплины	6
4.1.	Содержание дисциплины	6
4.2.	Содержание лекций	6
4.3.	Содержание лабораторных занятий	6
4.4.	Содержание практических занятий	6
4.5.	Виды и содержание самостоятельной работы обучающихся	6
5.	Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине	7
6.	Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине	8
7.	Основная и дополнительная учебная литература, необходимая для освоения дисциплины	10
8.	Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимые для освоения дисциплины	8
9.	Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	9
10.	Информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем	9
11.	Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине	9
	Приложение. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости и проведения промежуточной аттестации обучающихся	11
	Лист регистрации изменений	20

## Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП

### 1.1 Цели и задачи освоения дисциплины

Бакалавр по направлению подготовки 35.03.07 Технология производства и переработки сельскохозяйственной продукции должен быть подготовлен к решению задач профессиональной деятельности следующих типов: производственно-технологический, организационно-управленческий, научно-исследовательский.

Цель дисциплины формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры при сохранении и укреплении здоровья, психофизической подготовки и саморазвития для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, в соответствии с формируемыми компетенциями.

**Задачи дисциплины:**

1. осознание социальной значимости физической культуры и её роли в саморазвитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
2. освоение организационно-управленческих, практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
3. формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый образ жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
4. овладение системой практических знаний, умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, саморазвитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
5. создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

### 1.2 Компетенции и индикаторы их достижений

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Формируемые ЗУН	
ИД-1 <sub>УК-7</sub> Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	знания	Обучающийся должен знать: социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности (Б1.О.38,УК-7 -3.1)
	умения	Обучающийся должен уметь: правильно выполнять физические упражнения, рассчитывать дозировку упражнения, уметь составлять комплексы упражнений для развития различных физических качеств (Б1.О.38,УК- 7-У.1)
	навыки	Обучающийся должен владеть: системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, саморазвитие для повышения уровня физической подготовленности (Б1.О.38,УК-7 -

		Н.1)
--	--	------

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к обязательной части основной профессиональной образовательной программы бакалавриата.

## 3. Объём дисциплины и виды учебной работы

Объём дисциплины составляет 2 зачетные единицы (ЗЕТ), 72 академических часов (далее часов). Дисциплина изучается на 2 курсе 2 сессии.

### 3.1 Распределение объема дисциплины по видам учебной работы

Вид учебной работы	Количество часов
Контактная работа (всего)	72
<i>В том числе:</i>	
<i>Лекции (Л)</i>	10
<i>Практические занятия (ПЗ)</i>	-
<i>Лабораторные занятия (ЛЗ)</i>	-
Самостоятельная работа обучающихся (СР)	58
Контроль	4
Итого	72

### 3.2 Распределение учебного времени по разделам и темам

№ темы	Наименование разделов и тем	Всего часов	в том числе				
			контактная работа			СР	контроль
			Л	ЛЗ	ПЗ		
1	2	3	4	5	6	7	8
Раздел 1. Легкая атлетика							
1.1.	Гигиенические требования при занятиях легкой атлетикой. Профилактика травматизма	2	2			18	х
1.2.	Особенности самостоятельных занятий для юношей и девушек	2	2				х
Раздел 2. Баскетбол							
2.1.	Физическая подготовка баскетболистов	2	2			16	х
Раздел 3. Волейбол							
3.1.	Врачебный контроль и самоконтроль во время занятий баскетболом	2	2			14	х
3.2.	Организация занятий физическими упражнениями различной направленности	2	2				4
Раздел 4. Мини - футбол							
4.1.	Различные способы перемещения. Обучение технике ударов по мячу ногами. Подвижные игры с элементами мини-футбола. ОФП. СФП.					10	Х

	Контроль	зачёт	х	х	х	х	зачёт
	<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>10</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>58</b>	<b>4</b>

#### 4. Структура и содержание дисциплины

##### 4.1 Содержание дисциплины

###### Раздел 1. Легкая атлетика.

Правила техники безопасности на занятиях по физической культуре и спорту. Основные понятия в легкой атлетике. Классификация видов спорта входящих в раздел по легкой атлетике, инвентарь необходимый для реализации каждого вида спорта. Техника и тактика в реализации определенного вида спорта.

###### Раздел 2. Баскетбол

Основные понятия в баскетболе. Общеразвивающие упражнения. Общефизическая подготовка. Тактика и техника в баскетболе. Правила игры. Судейская практика. Состав команды. Экипировка баскетболиста. Учебные игры. Двусторонняя игра.

###### Раздел 3. Волейбол

Основные понятия в волейболе. Общеразвивающие упражнения. Общефизическая подготовка. Тактика и техника в волейболе. Правила игры. Судейская практика. Состав команды. Экипировка волейболиста. Учебные игры. Двусторонняя игра.

###### Раздел 4. Мини-футбол

Основные понятия в мини-футболе. Общеразвивающие упражнения. Общефизическая подготовка. Тактика и техника в мини-футболе. Правила игры. Судейская практика. Состав команды. Экипировка футболист. Учебные игры. Двусторонняя игра.

##### 4.2 Содержание лекций

№ п/п	Краткое содержание лекций	Количество часов
1.	Гигиенические требования при занятиях легкой атлетикой. Профилактика травматизма	2
2.	Особенности самостоятельных занятий для юношей и девушек	2
3.	Физическая подготовка баскетболистов	2
4.	Врачебный контроль и самоконтроль во время занятий баскетболом	2
5.	Организация занятий физическими упражнениями различной направленности	2
	<b>Итого</b>	<b>10</b>

##### 4.3. Содержание лабораторных занятий

Не предусмотрено.

##### 4.4. Содержание практических занятий

Не предусмотрено.

##### 4.5 Виды и содержание самостоятельной работы обучающихся

Название раздела	Тема СР	Виды СР	Объём	КСР
------------------	---------	---------	-------	-----

дисциплины			(акад. часов)	(акад. часов)
1. Легкая атлетика	Гигиенические требования к открытым спортивным сооружениям. Гигиенические требования к одежде и обуви. Профилактика травматизма: Причины спортивных травм. Предупреждение травматизма Принципы организации самостоятельных занятий.	Самостоятельное изучение темы, подготовка к устному опросу.	18	
2. Баскетбол	Техническая подготовка баскетболистов. Техника нападения. Техника защиты. Финты и сочетания приемов	Самостоятельное изучение темы, подготовка к устному опросу.	16	
3. Мини-футбол	Различные способы перемещения. Обучение технике ударов по мячу ногой. Подвижные игры с элементами мини-футбола. ОФП. СФП.	Самостоятельное изучение темы, подготовка к устному опросу.	10	
4. Волейбол	Методы совершенствования тактико-технической подготовленности. Границы интенсивности нагрузок в условиях самостоятельных занятий у лиц разного возраста. Самоконтроль эффективности самостоятельных занятий.	Самостоятельное изучение темы, подготовка к устному опросу.	14	4
<b>Итого:</b>			<b>58</b>	<b>4</b>

## 5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Учебно-методические разработки имеются на кафедре физического воспитания и спорта, в научной библиотеке, в локальной сети Института ветеринарной медицины и на сайте ФГБОУ ВО Южно-Уральский ГАУ:

1. Лечебно-физическая культура при остеохондрозе [Электронный ресурс]: учеб.-метод. рекомендации для студ., преподавателей и тренеров / Р. Г. Салобуто [и др.]; Южно-Уральский ГАУ, Институт ветеринарной медицины - Троицк: Южно-Уральский ГАУ, 2019 - 48 с. - Доступ из локальной сети ИВМ:— Режим доступа: <https://edu.sursau.ru/course/view.php?id=1220>.

2. Рекомендации по подготовке легкоатлетов на средние и длинные дистанции [Электронный ресурс]: метод. рекомендации для студ., преподавателей и тренеров / Салобуто Р. Г. [и др.]; Южно-Уральский ГАУ, Институт ветеринарной медицины - Троицк: Южно-



Уральский ГАУ, 2019 - 80 с. — Библиогр.: с. 30 (8 назв.) .— 0,9 МВ .— Режим доступа: <https://edu.sursau.ru/course/view.php?id=1220>.

3. Сохранение здоровья ветеринарного врача - потребность общества [Электронный ресурс]: учеб-метод. пособие для студ. и преподавателей / Салобуто Р. Г. [и др.]; Южно-Уральский ГАУ, Институт ветеринарной медицины - Троицк: Южно-Уральский ГАУ, 2019 - 35 с. — Библиогр.: с. 76 (8 назв.) .— 2 МВ .— Режим доступа: <https://edu.sursau.ru/course/view.php?id=1220>.

4. Учебно-методические рекомендации по подготовке студентов к сдаче норм ГТО [Электронный ресурс] / Салобуто Р. Г. [и др.]; Южно-Уральский ГАУ, Институт ветеринарной медицины - Троицк: Южно-Уральский ГАУ, 2019 - 5\_ с. - Доступ из локальной сети ИВМ: <https://edu.sursau.ru/course/view.php?id=1220>.

5. Улитин Е.В. Физическая культура и спорт. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы для обучающихся по направлению подготовки 35.03.07 «Технология производства и переработки сельскохозяйственной продукции» [Электронный ресурс] / Е.В. Улитин, А.В. Колташев, Ш.С. Валиева – Троицк: Южно-Уральский государственный аграрный университет, 2019. - 16 с.— Режим доступа: <https://edu.sursau.ru/course/view.php?id=1220>.

## **6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

Для установления соответствия уровня подготовки обучающихся требованиям ФГОС ВО разработан фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости и проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине. Фонд оценочных средств представлен в Приложении.

## **7. Основная и дополнительная учебная литература, необходимая для освоения дисциплины\***

Основная и дополнительная учебная литература имеется в Научной библиотеке и электронной информационно-образовательной среде ФГБОУ ВО Южно-Уральский ГАУ.

### **Основная:**

1. Барчуков И. С. Физическая культура и физическая подготовка [Электронный ресурс] / И.С. Барчуков; Ю.Н. Назаров; В.Я. Кикоть; С.С. Егоров; И.А. Мацур - Москва: Юнити-Дана, 2012 - 432 с. - Доступ к полному тексту с сайта ЭБС Университетская библиотека online: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=117573>.

2. Григорович Е. С. Физическая культура [Электронный ресурс] / Е.С. Григорович; К.Ю. Романов - Минск: Вышэйшая школа, 2011 - 352 с. - Доступ к полному тексту с сайта ЭБС Университетская библиотека online: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=144214>.

3. Чеснова Е. Л. Физическая культура [Электронный ресурс] / Е.Л. Чеснова - Москва: Директ-Медиа, 2013 - 160 с. - Доступ к полному тексту с сайта ЭБС Университетская библиотека online: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210945>.

### **Дополнительная:**

1. Гигиена физической культуры и спорта [Электронный ресурс] / Е.Е. Ачкасов - Санкт-Петербург: СпецЛит, 2013 - 256 с. - Доступ к полному тексту с сайта ЭБС Университетская библиотека online: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=253833>

2. Чертов Н. В. Физическая культура [Электронный ресурс] / Н.В. Чертов - Ростов-н/Д: Издательство Южного федерального университета, 2012 - 118 с. - Доступ к полному тексту с сайта ЭБС Университетская библиотека online: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241131>.

3. Чеснова Е. Л. Практикум по физической культуре [Электронный ресурс] / Е.Л. Чеснова; В.В. Варинов - Москва: Директ-Медиа, 2013 - 68 с. - Доступ к полному тексту с



## **8. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимые для освоения дисциплины**

1. Единое окно доступа к учебно-методическим разработкам <https://юургау.рф>
2. ЭБС «Лань» <http://e.lanbook.com/>
3. Университетская библиотека ONLINE <http://biblioclub.ru>

## **9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Учебно-методические разработки имеются в Научной библиотеке и электронной информационно-образовательной среде ФГБОУ ВО Южно-Уральский ГАУ.

1. Лечебно-физическая культура при остеохондрозе [Электронный ресурс]: учеб.-метод. рекомендации для студ., преподавателей и тренеров / Р. Г. Салобуто [и др.]; Южно-Уральский ГАУ, Институт ветеринарной медицины - Троицк: Южно-Уральский ГАУ, 2019 - 48 с. - Доступ из локальной сети ИВМ:.— Режим доступа: <https://edu.sursau.ru/course/view.php?id=1220>.

2. Рекомендации по подготовке легкоатлетов на средние и длинные дистанции [Электронный ресурс]: метод. рекомендации для студ., преподавателей и тренеров / Салобуто Р. Г. [и др.]; Южно-Уральский ГАУ, Институт ветеринарной медицины - Троицк: Южно-Уральский ГАУ, 2019 - 80 с. — Библиогр.: с. 30 (8 назв.) .— 0,9 МВ .— Режим доступа: <https://edu.sursau.ru/course/view.php?id=1220>.

3. Сохранение здоровья ветеринарного врача - потребность общества [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие для студ. и преподавателей / Салобуто Р. Г. [и др.]; Южно-Уральский ГАУ, Институт ветеринарной медицины - Троицк: Южно-Уральский ГАУ, 2019 - 35 с. — Библиогр.: с. 76 (8 назв.) .— 2 МВ .— Режим доступа: <https://edu.sursau.ru/course/view.php?id=1220>.

4. Учебно-методические рекомендации по подготовке студентов к сдаче норм ГТО [Электронный ресурс] / Салобуто Р. Г. [и др.]; Южно-Уральский ГАУ, Институт ветеринарной медицины - Троицк: Южно-Уральский ГАУ, 2019 - 5\_ с. - Доступ из локальной сети ИВМ: <https://edu.sursau.ru/course/view.php?id=1220>.

## **10. Информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем**

В Научной библиотеке с терминальных станций предоставляется доступ к базам данных:

- СПС «КонсультантПлюс»: «Версия Эксперт», «Версия Проф», «Деловые бумаги»
- ИСС Техэксперт: «Базовые нормативные документы», «Электроэнергетика», «Экология. Проф»;
- Электронный каталог Института ветеринарной медицины - [http://nb.sursau.ru:8080/cgi/zgate.exe?Init+IVM\\_rus1.xml,simpl\\_IVM1.xsl+rus](http://nb.sursau.ru:8080/cgi/zgate.exe?Init+IVM_rus1.xml,simpl_IVM1.xsl+rus).

Программное обеспечение:

- Microsoft Office Basic 2007 w/Ofc Pro Tri (MLK) OEM Software S 55-02293
- Windows XP Home Edition OEM Software № 09-0212 X12-53766
- MyTestXPRo 11.0
- Антивирус Kaspersky Endpoint Security

## **11. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

### **Учебные аудитории для проведения занятий, предусмотренных программой, оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения воспитания и спорта**

1. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа № П .
2. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа( практические занятия), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации:
  - Игровой спортивный зал для проведения практических занятий № 117;
  - Тренажерный зал для женщин для проведения практических занятий № 117 А;
  - Тренажерный зал для проведения практических занятий № 027;
  - Зал борьбы № 044 для проведения практических занятий.
3. Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования (тренажерная, душевая) № 036, № 040.

#### **Помещения для самостоятельной работы обучающихся**

Не предусмотрено.

#### **Перечень оборудования и технических средств обучения**

1. т - гриф;
2. горизонтальная скамья для жима лёжа;
3. скамья для жима под углом;
4. тренажер для проработки икр стоя;
5. горизонтальная скамья;
6. скамья с изменяющимся углом;
7. верхний блок;
8. нижний блок;
9. беговая дорожка;
10. вело- тренажеры;
11. гребля;
12. тренажер для растяжки позвоночника;
13. шведская стена;
14. тренажер армспорта;
15. комплексный тренажер («Универсал»);
16. штанга w обр;
17. тренажеры для проработки мышц пресса;
18. ковер татами

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

для текущего контроля успеваемости и проведения промежуточной аттестации  
обучающихся

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Компетенции и их индикаторы, формируемые в процессе освоения дисциплины
2. Показатели, критерии и шкала оценивания индикаторов достижения сформированности компетенций
3. Типовые контрольные задания и (или) иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих сформированность компетенций в процессе освоения дисциплины
4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих сформированность компетенций
  - 4.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости.....14
    - 4.1.1. Ответ на практическом занятии.....14
    - 4.1.2. Тестирование .....16
  - 4.2. Процедуры и оценочные средства для проведения промежуточной аттестации
    - 4.2.1. Зачет/дифференцированный зачет.....18

**1. Компетенции и их индикаторы, формируемые в процессе освоения дисциплины**  
**УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности**

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Формируемые ЗУН			Наименование оценочных средств	
	знания	умения	навыки	Текущая аттестация	Промежуточная аттестация
ИД-1 УК-7 Поддерживает должный уровень физической подготовленности и для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Обучающийся должен знать: социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности (Б1.О.38,УК-7 -3.1)	Обучающийся должен уметь: правильно выполнять физические упражнения, рассчитывать дозировку упражнения, уметь составлять комплексы упражнений для развития различных физических качеств (Б1.О.38,УК-7-У.1)	Обучающийся должен владеть: системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, саморазвитие для повышения уровня физической подготовленности (Б1.О.38,УК-7 -Н.1)	Тестирование	Зачёт

**2. Показатели, критерии и шкала оценивания индикаторов достижения компетенций**

**УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности**

Показатели оценивания (Формируемые ЗУН)	Критерии и шкала оценивания результатов обучения по дисциплине			
	Недостаточный уровень	Достаточный уровень	Средний уровень	Высокий Уровень
Б1.О.38, УК-7 - 3.1	Обучающийся не знает социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности	Обучающийся слабо знает социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности	Обучающийся знает с незначительными ошибками и отдельными пробелами социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности	Обучающийся знает с требуемой степенью полноты и точности социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности
Б1.О.38, УК-7-У.1	Обучающийся не умеет правильно выполнять физические упражнения, рассчитывать дозировку упражнения, составлять комплексы упражнений для развития различных физических качеств	Обучающийся слабо умеет правильно выполнять физические упражнения, рассчитывать дозировку упражнения, уметь составлять комплексы упражнений для развития различных физических качеств	Обучающийся умеет с незначительными затруднениями правильно выполнять физические упражнения, рассчитывать дозировку упражнения, уметь составлять комплексы упражнений для развития различных физических качеств	Обучающийся умеет правильно выполнять физические упражнения, рассчитывать дозировку упражнения, уметь составлять комплексы упражнений для развития различных физических качеств

Б1.О.38, УК-7 - Н.1	Обучающийся не владеет навыками практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, саморазвитие для повышения уровня физической подготовленности	Обучающийся слабо владеет навыками практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, саморазвитие для повышения уровня физической подготовленности	Обучающийся владеет навыками практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, саморазвитие для повышения уровня физической подготовленности	Обучающийся свободно владеет навыками практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, саморазвитие для повышения уровня физической подготовленности
---------------------	---	--	--	---

### **3. Типовые контрольные задания и (или) иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, сформированных в процессе освоения дисциплины**

Типовые контрольные задания и материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков, содержатся в учебно-методических разработках, приведенных ниже.

1. Лечебно-физическая культура при остеохондрозе [Электронный ресурс]: учеб.-метод. рекомендации для студ., преподавателей и тренеров / Р. Г. Салобуто [и др.]; Южно-Уральский ГАУ, Институт ветеринарной медицины - Троицк: Южно-Уральский ГАУ, 2019 - 48 с. - Доступ из локальной сети ИВМ:— Режим доступа: <https://edu.sursau.ru/course/view.php?id=1220>.

2. Рекомендации по подготовке легкоатлетов на средние и длинные дистанции [Электронный ресурс]: метод. рекомендации для студ., преподавателей и тренеров / Салобуто Р. Г. [и др.]; Южно-Уральский ГАУ, Институт ветеринарной медицины - Троицк: Южно-Уральский ГАУ, 2019 - 80 с. — Библиогр.: с. 30 (8 назв.) .— 0,9 МВ .— Режим доступа: <https://edu.sursau.ru/course/view.php?id=1220>.

3. Сохранение здоровья ветеринарного врача - потребность общества [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие для студ. и преподавателей / Салобуто Р. Г. [и др.]; Южно-Уральский ГАУ, Институт ветеринарной медицины - Троицк: Южно-Уральский ГАУ, 2019 - 35 с. — Библиогр.: с. 76 (8 назв.) .— 2 МВ .— Режим доступа: <https://edu.sursau.ru/course/view.php?id=1220>.

4. Учебно-методические рекомендации по подготовке студентов к сдаче норм ГТО [Электронный ресурс] / Салобуто Р. Г. [и др.]; Южно-Уральский ГАУ, Институт ветеринарной медицины - Троицк: Южно-Уральский ГАУ, 2019 - 5\_ с. - Доступ из локальной сети ИВМ: <https://edu.sursau.ru/course/view.php?id=1220>.

### **4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих сформированность компетенций**

В данном разделе методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и(или) опыта деятельности, по дисциплине « Физическая культура и спорт», приведены применительно к каждому из используемых видов текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.

#### **4.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости**

##### **4.1.1. Тестирование**

Тестирование используется для оценки качества освоения обучающимся основной профессиональной образовательной программы по отдельным темам или разделам дисциплины. Тест представляет собой комплекс стандартизированных заданий, позволяющий

упростить процедуру измерения знаний и умений обучающихся. Обучающимся выдаются тестовые задания с формулировкой вопросов и предложением выбрать один правильный ответ из нескольких вариантов ответов.

№	Оценочные средства	Код и наименование индикатора компетенции ИД-1 УК-7
	Типовые контрольные задания и (или) иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих сформированность компетенций в процессе освоения дисциплины	
1.	1. Какая способность развивается с помощью упражнений, выполняемых с максимальной скоростью? 1.Скоростная 2.Силовая 3.Гибкость 4.Общая выносливость	Управляет своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течении всей жизни
2.	Что не относится к физическим способностям? 1.Сила 2.Выносливость 3.Гибкость 4.Сила воли	
3.	Выберите правильную последовательность упражнений в комплексном занятии физическими упражнениями? 1.На гибкость, на выносливость, скоростные, силовые 2.Скоростные, на выносливость, на гибкость, силовые 3.Силовые, скоростные, на выносливость, на гибкость 4.На выносливость, на гибкость, скоростные, силовые	
4.	Выберите правильное понятие общей выносливости? 1.Это способность противостоять специфическому утомлению 2.Это способность противостоять неспецифическому утомлению 3.Это способность противостоять действию специфических факторов 4.Это способность противостоять действию неспецифических факторов	
5.	С помощью каких упражнений возможно развитие скоростных способностей? 1.Упражнения, выполняемые с максимальной скоростью 2.С помощью упражнений аэробных 3.Упражнения смешанного типа 4.С помощью координационных упражнений	
6.	Физические упражнения — это? 1.Элементарные движения, составленные из них двигательные действия и их комплексы, систематизированные в целях физического развития 2.Занятия спортом 3.Выполнение упражнений с максимальным усилием 4.Бег, метание, стрельба из лука, футбол, волейбол	
7.	Какую пользу приносят занятия циклическими видами? 1.Повышают силовые способности 2.Увеличивают количество жировой ткани 3.Улучшают потребление организмом кислорода 4.Увеличивают эффективность работы сердца	



8.	Какой временной интервал рекомендуется выдерживать между плотным приемом пищи и началом беговых упражнений? 1.4 часа 2.2 часа 3.1 час 4.10 минут	
9.	Что рекомендуется делать для снятия напряжения, длительное время работая за компьютером в положении сидя? 1.Выполнять упражнения для снятия напряжения глаз 2.Выполнять упражнения на растягивание и расслабление мышц 3.Ничего не делать 4.Подвинуть ближе монитор компьютера	
10	Что является основными задачами специальной физической подготовки (СФП)? 1.Развитие силы 2.Развитие выносливости 3.Совершенствование физических качеств, характерных для данного вида спорта 4.Преимущественное развитие двигательных навыков, необходимых для совершенствования данного вида спорта	

По результатам теста обучающемуся выставляется оценка «отлично», «хорошо», «удовлетворительно» или «неудовлетворительно».

Критерии оценивания ответа (табл.) доводятся до сведения обучающихся до начала тестирования. Результат тестирования объявляется обучающемуся непосредственно после его сдачи.

Шкала	Критерии оценивания (% правильных ответов)
Оценка 5 (отлично)	80-100
Оценка 4 (хорошо)	70-79
Оценка 3 (удовлетворительно)	50-69
Оценка 2 (неудовлетворительно)	менее 50

Тестовые задания, используемые для оценки качества дисциплины с помощью информационных технологий, приведены в РПД: «10. Информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем» - My TestX10.2.

#### 4.1.2. Ответ на практическом занятии

Ответ на практическом занятии используется для оценки качества освоения обучающимся основной профессиональной образовательной программы по отдельным вопросам и/или темам дисциплины. Ответ оценивается оценкой «отлично», «хорошо», «удовлетворительно» или «неудовлетворительно».

№	Оценочные средства				Код и наименование индикатора компетенции ИД-1 УК-7
	Типовые контрольные задания и (или) иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих сформированность компетенций в процессе освоения дисциплины				
	Женщины	Шкала (баллы)			
		5(отл.)	4(хор.)	3(удовл.)	2(неуд.)

1.	В вися на шведской стенке, сгибание и разгибание ног до 90° (кол-во раз)	20-26	16-24	14-18	6-10	Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
2.	Лёжа на бёдрах на скамейке, сгибание и разгибание туловища (кол-во раз)	35-40	30-35	25-30	15-20	
3.	Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье	+16	+11	+8	+6	
4.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см. (количество раз)	18	12	10	6	
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	18	12	10	8	
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см.)	195	180	170	150	
7.	Метание спортивного снаряда весом 500 г.(м)	21	17	14	10	
8.	Бег на 100 метров (с.)	16,4	17,4	17,8	18,8	
9.	Бег на 2км (мин.,с.)	10,50	12,30	13,10	14.10	
10.	Челночный бег 3 x 10 м. (сек.)	7.7-7.3	7.8-7.4	8.0-7.6	10,0	
<b>Мужчины</b>						
1.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	13	10	9	6-8	
2.	Отжимание лёжа, ноги выше туловища (кол-во раз)	24-30	22-27	20-25	14-19	
3.	Лёжа на скамейке на бёдрах, сгибание разгибание туловища (кол-во раз)	40-50	35-45	30-40	20-29	
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см.)	240	230	215	200	
5.	Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье	+13	+7	+6	+5	
6.	Метание спортивного снаряда весом 700 г.(м)	37	35	33	30	
7.	Рывок гири 16 кг (количества раз)	40	30	20	15	
8.	Бег на 100 метров (с.)	13,5	14,8	15,1	16,1	
9.	Бег на 3 км (мин.,с.)	12,30	13,30	14,00	14,30	
10.	Челночный бег 3 x 10 м. (сек.)	6.4-6.0	6.6-6.2	7.0-6.6	7,7-7,0	

Критерии оценивания ответа (табл.) доводятся до сведения обучающихся в начале занятий. Оценка объявляется обучающемуся непосредственно после ответа.

<b>Шкала</b>	<b>Критерии оценивания</b>
Оценка 5 (отлично)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- обучающийся полно усвоил учебный материал;</li> <li>- правильно и точно выполняет задание;</li> <li>-укладывается во временной и количественный норматив при выполнении задания;</li> <li>- демонстрирует сформированность и устойчивость знаний, умений и навыков;</li> <li>- могут быть допущены одна–две неточности при выполнении задания.</li> </ul>
Оценка 4 (хорошо)	<p>ответ удовлетворяет в основном требованиям на оценку «5», но при этом имеет место один из недостатков:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- не укладывается во временной и количественный норматив при выполнении задания на оценку «5»;</li> </ul>
Оценка 3 (удовлетворительно)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения материала;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- не достаточно правильное выполнение задания;</li> <li>- не укладывается во временной и количественный норматив при выполнении задания на оценку «4»;</li> <li>- выявлена недостаточная сформированность знаний, умений и навыков, обучающийся не может применить теорию в выполнении задания.</li> </ul>
Оценка 2 (неудовлетворительно)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- допущены ошибки в выполнении задания, которые не исправлены после нескольких попыток;</li> <li>- не укладывается во временной и количественный норматив при выполнении задания;</li> <li>- не сформированы компетенции, отсутствуют соответствующие знания, умения и навыки.</li> </ul>

## 4.2. Процедуры и оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

### 4.2.1. Зачет / Дифференцированный зачет

Зачет является формой оценки качества освоения обучающимся основной профессиональной образовательной программы по разделам дисциплины. По результатам зачета обучающемуся выставляется оценка «зачтено» или «не зачтено»; оценка «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно» в случае дифференцированного зачета.

Зачет проводится по окончании чтения лекций и выполнения лабораторных (практических) занятий. Зачет принимается преподавателями, проводившими лабораторные (практические) занятия, или читающими лекции по данной дисциплине. В случае отсутствия ведущего преподавателя зачет принимается преподавателем, назначенным распоряжением заведующего кафедрой. С разрешения заведующего кафедрой на зачете может присутствовать преподаватель кафедры, привлеченный для помощи в приеме зачета.

Присутствие на зачете преподавателей с других кафедр без соответствующего распоряжения ректора, проректора по учебной работе или декана факультета не допускается.

Форма(ы) проведения зачета (*устный опрос по билетам, письменная работа, тестирование и др.*) определяются кафедрой и доводятся до сведения обучающихся в начале семестра.

Для проведения зачета ведущий преподаватель накануне получает в деканате зачетно-экзаменационную ведомость, которая возвращается в деканат после окончания мероприятия в день проведения зачета или утром следующего дня.

Обучающиеся при явке на зачет обязаны иметь при себе зачетную книжку, которую они предъявляют преподавателю.

Во время зачета обучающиеся могут пользоваться с разрешения ведущего преподавателя справочной и нормативной литературой, другими пособиями и техническими средствами.

Время подготовки ответа в устной форме при сдаче зачета должно составлять не менее 20 минут (по желанию обучающегося ответ может быть досрочным). Время ответа - не более 10 минут.

Преподавателю предоставляется право задавать обучающимся дополнительные вопросы в рамках программы дисциплины.

Качественная оценка «зачтено», внесенная в зачетную книжку и зачетно-экзаменационную ведомость, является результатом успешного усвоения учебного материала.

Результат зачета в зачетную книжку выставляется в день проведения зачета в присутствии самого обучающегося. Преподаватели несут персональную ответственность за свое-

временность и точность внесения записей о результатах промежуточной аттестации в зачетно-экзаменационную ведомость и в зачетные книжки.

Если обучающийся явился на зачет и отказался от прохождения аттестации в связи с неподготовленностью, то в зачетно-экзаменационную ведомость ему выставляется оценка «не зачтено».

Неявка на зачет отмечается в зачетно-экзаменационной ведомости словами «не явился».

Нарушение дисциплины, списывание, использование обучающимися неразрешенных печатных и рукописных материалов, мобильных телефонов, коммуникаторов, планшетных компьютеров, ноутбуков и других видов личной коммуникационной и компьютерной техники во время зачета запрещено. В случае нарушения этого требования преподаватель обязан удалить обучающегося из аудитории и проставить ему в ведомости оценку «не зачтено».

Обучающимся, не сдавшим зачет в установленные сроки по уважительной причине, индивидуальные сроки проведения зачета определяются деканом факультета.

Обучающиеся, имеющие академическую задолженность, сдают зачет в сроки, определяемые Университетом. Информация о ликвидации задолженности отмечается в экзаменационном листе.

Допускается с разрешения деканата и досрочная сдача зачета с записью результатов в экзаменационный лист.

Инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья могут сдавать зачеты в сроки, установленные индивидуальным учебным планом. Инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья, имеющие нарушения опорно-двигательного аппарата, допускаются на аттестационные испытания в сопровождении ассистентов-сопровождающих.

Процедура проведения промежуточной аттестации для особых случаев изложена в «Положении о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по ОПОП бакалавриата, специалитета и магистратуры» ФГБОУ ВО Южно-Уральский ГАУ (ЮУрГАУ-П-02-66/02-16 от 26.10.2016 г.).

Оценка **«зачтено»** по дисциплине «Физическая культура и спорт» выставляется обучающимся после выполнения тестовых и практических заданий:

- на оценку «хорошо» и «отлично» и при условии посещения учебных занятий не менее 80%;

- на оценку «удовлетворительно» и при условии посещения учебных занятий не менее 90%;

Оценка **«не зачтено»** по дисциплине «Физическая культура и спорт» выставляется обучающимся в результате не выполнения тестовых и практических заданий, а также отсутствие посещений учебных занятий.

### ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

Номер измене- ния	Номера листов			Основа- ние для внесения измене- ний	Под- пись	Расшифров- ка подписи	Дата вне- сения из- менения
	замене- ных	но- вых	аннулирован- ных				

