


**МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
**ИНСТИТУТ АГРОЭКОЛОГИИ– филиал ФГБОУ ВО ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГАУ**

УТВЕРЖДАЮ  
Декан агрономического факультета  
  
\_\_\_\_\_ А. А. Калганов  
«07» февраля 2018г.

Кафедра «Агротехнология, селекция и семеноводство»

Рабочая программа дисциплины  
**Б1.Б.27 ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ**

Направление подготовки **35.03.05 Садоводство**

Профиль **Декоративное садоводство и ландшафтный дизайн**

Уровень высшего образования – бакалавриат (академический)

Квалификация – бакалавр

Форма обучения – заочная

Рабочая программа дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС ВО), утвержденного Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации 20.10.2015 г. № 1165. Рабочая программа предназначена для подготовки бакалавра по направлению **35.03.05 Садоводство**, профиль – **Декоративное садоводство и ландшафтный дизайн**.

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

Составитель – доцент И. А. Романов



Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры агротехнологии, селекции и семеноводства

«05» февраля 2018 г. (протокол № 5/1).

Зав. кафедрой агротехнологии, селекции и семеноводства,  
кандидат технических наук, доцент



О. С. Баграева

Рабочая программа дисциплины одобрена учебно-методической комиссией Института агроэкологии

«07» февраля 2018 г. (протокол № 3).

Председатель учебно-методической  
комиссии, кандидат сельскохозяйственных наук



Е. С. Иванова

Зам. директора по информационно-библиотечному  
обслуживанию НБ ФГБОУ ВО ЮУрГАУ



Е. В. Красножон

## СОДЕРЖАНИЕ

|  |    |
|--|----|
| 1. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП.....  | 4  |
| 1.1. Цель и задачи дисциплины.....   | 4  |
| 1.2. Планируемые результаты обучения по дисциплине (показатели сформированности компетенций).....  | 4  |
| 2. Место дисциплины в структуре ОПОП.....  | 4  |
| 3. Объём 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.....  | 5  |
| 4.1. Содержание дисциплины.....  | 5  |
| 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  |
| 4.5.1. Виды самостоятельной работы обучающихся.....  | 6  |
| 4.5.2. Содержание самостоятельной работы обучающихся.....  | 7  |
| 5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.....   | 8  |
| 6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.....   | 8  |
| 7. Основная и дополнительная учебная литература, необходимая для освоения дисциплины.....  | 8  |
| 8. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимые для освоения дисциплины.....  | 9  |
| 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..... | 10 |
| 11. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине.....   | 10 |
| 12. Инновационные формы образовательных технологий.....  | 10 |
| Приложение. Фонд оценочных средств.....  | 11 |
| Лист регистрации изменений.....  | 18 |

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

## 1.1. Цель и задачи дисциплины

Бакалавр по направлению подготовки 35.03.05 Садоводство должен быть подготовлен к следующим видам профессиональной деятельности: научно-исследовательской, как основной; производственно-технологической; организационно-управленческой.

**Цель дисциплины** – сформировать у обучающихся знания, умения и навыки (в соответствии с формируемыми компетенциями): сформировать способность направленного использования разнообразных средств и методов физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

### **Задачи дисциплины:**

- формирование мотивации к занятиям физической культурой путем формирования позитивного отношения к физкультурно-спортивной деятельности, решения интересов и потребностей в этой сфере;
- улучшение показателей физического здоровья обучающихся на основе повышения физической подготовки, расширения арсенала двигательных действий;
- расширение интересов и потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом путем привлечения к участию в массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях и соревнованиях по видам спорта.

## 1.2. Планируемые результаты обучения по дисциплине (показатели сформированности компетенций)

| Планируемые результаты освоения ОПОП (компетенции)   | Планируемые результаты обучения по дисциплине (ЗУН)  |   |   |
|--|--|---|---|
|  | знания   | умения  | навыки  |
| ОК-8<br>способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | Обучающийся должен знать:<br>научно-биологические, педагогические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни – (Б1.Б.27 – 3.1) | Обучающийся должен уметь: использовать творческие средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни – (Б1.Б.27 – У.1) | Обучающийся должен владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности – (Б1.Б.27 – Н.1) |

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту» относится к вариативной части Блока 1 (Б1.Б.27) основной профессиональной образовательной программы академического бакалавриата по направлению подготовки 35.03.05 Садоводство, профиль – Декоративное садоводство и ландшафтный дизайн.

**Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с обеспечивающими (предшествующими) и обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами**

| № п/п                               | Наименование обеспечивающих (предшествующих) и обеспечиваемых (последующих) дисциплин, практик | Формируемые компетенции |
|-------------------------------------|--|-------------------------|
| Предшествующие дисциплины, практики |  |                         |
| 1.                                  | Физическая культура и спорт  | ОК-8                    |
| Предшествующие дисциплины, практики |  |                         |
| Не предусмотрены учебным планом     |  |                         |

**3. Объём дисциплины и виды учебной работы**

Объём дисциплины 328 академических часов (далее часов), в зачетные единицы не переводятся. Дисциплина изучается на 1 курсе.

**3.1. Распределение объема дисциплины по видам учебной работы**

| Вид учебной работы                             | Количество часов |
|--|------------------|
| <b>Контактная работа (всего)</b>               | <b>6</b>         |
| В том числе:                                   |                  |
| Лекции (Л)                                     | –                |
| Лабораторные занятия (ЛЗ)                      | –                |
| Практические занятия (ПЗ)                      | 6                |
| <b>Самостоятельная работа обучающихся (СР)</b> | <b>318</b>       |
| <b>Контроль</b>                                | <b>4</b>         |
| <b>Общая трудоемкость</b>                      | <b>328</b>       |

**3.2. Распределение учебного времени по разделам и темам**

| № темы                                     | Наименование раздела и тем                           | Всего часов | в том числе       |          |          |            | Контроль |
|--|--|-------------|-------------------|----------|----------|------------|----------|
|  |  |             | контактная работа |          |          | СР         |          |
|  |  |             | Л                 | ЛЗ       | ПЗ       |            |          |
| 1  | 2  | 3           | 4                 | 5        | 6        | 7          | 8        |
| <b>Раздел 1. Учебно-тренировочный курс</b> |  |             |                   |          |          |            |          |
| 1.1.                                       | Теоретическая подготовка                             | 28          | –                 | –        | –        | 28         | х        |
| 1.2.                                       | Общая физическая подготовка                          | 172         | –                 | –        | 2        | 170        | х        |
| <b>Раздел 2. Контрольный курс</b>          |  |             |                   |          |          |            |          |
| 2.1.                                       | Тесты на общефизическую подготовленность             | 52          | –                 | –        | 2        | 50         | х        |
| 2.2.                                       | Тесты на профессионально-прикладную подготовленность | 51          | –                 | –        | 1        | 50         | х        |
| 2.3.                                       | Функциональные пробы                                 | 21          | –                 | –        | 1        | 20         | х        |
|  | Контроль   | 4           | х                 | х        | х        | х          | 4        |
|  | <b>Итого</b>   | <b>328</b>  | <b>х</b>          | <b>х</b> | <b>6</b> | <b>318</b> | <b>4</b> |

**4. Структура и содержание дисциплины**

**4.1. Содержание дисциплины**

**Раздел 1. Учебно-тренировочный курс** (по видам спорта)

**Теоретическая часть.** Методика проведения тренировок. Техника безопасности. Профилактика травматизма. Первая медицинская помощь. Методика восстановления.

**Практическая часть.** Общая физическая подготовка.

## Раздел 2. Контрольный курс

**Тесты на общефизическую подготовленность** (нормативы ГТО).

**Тесты на профессионально-прикладную подготовленность** – специально направленные и избирательные средства физической культуры и спорта для подготовки студентов к определенной профессиональной деятельности. Упражнения на развитие статической и динамической выносливости мышц туловища, спины. Упражнения на способность выполнять быстрые, точные и экономные движения, обладать ловкостью и координацией движений рук, пальцев. Упражнения на оперативное мышление, оперативную и долговременную память, нервно-эмоциональную устойчивость, выдержку, самообладание. Закаливание.

**Функциональные пробы** – тесты для оценки развития физических качеств студентов: индекс Руфье, проба Штанге, проба Генчи, тест К. Купера, проба Ромберга, ортостатическая проба.

### 4.2. Содержание лекций

Лекции не предусмотрены учебным планом.

### 4.3. Содержание лабораторных занятий

Лабораторные занятия не предусмотрены учебным планом.

### 4.4. Содержание практических занятий

Для проведения практических занятий по результатам медицинского обследования формируются учебные группы численностью не более 15 человек с учетом пола, состояния здоровья, физического развития и физической подготовленности обучающихся: основная и специальная медицинская.

Основная группа формируется из обучающихся, не имеющих (на основании заключения врачебной комиссии) отклонений в состоянии здоровья. Для обучающихся основной группы проводятся занятия по общей физической подготовке, направленные на выполнение контрольных нормативов.

| № п/п | Наименование практических занятий                    | Количество часов |
|-------|--|------------------|
| 1.    | Общая физическая подготовка                          | 2                |
| 2.    | Тесты на общефизическую подготовленность             | 2                |
| 3.    | Тесты на профессионально-прикладную подготовленность | 1                |
| 4.    | Функциональные пробы                                 | 1                |
|       | <b>Итого</b>   | <b>6</b>         |

Специальная медицинская группа формируется из обучающихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья, либо проходящих реабилитацию после перенесенных заболеваний, а также обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, инвалиды и обучающихся с особыми образовательными потребностями. Комплектование специальных медицинских групп осуществляется с учетом пола, характера заболеваний обучающихся, уровня их физического и функционального состояния (на основании заключения врачебной комиссии). Для обучающихся специальной медицинской группы могут быть организованы специальные корректирующие занятия (в зависимости от заболевания) и занятия по настольным интеллектуальным видам спорта: шахматы, шашки.

### 4.5. Виды и содержание самостоятельной работы обучающихся

#### 4.5.1. Виды самостоятельной работы обучающихся

| Виды самостоятельной работы обучающихся           | Количество часов |
|---|------------------|
| Самостоятельное изучение отдельных тем и вопросов | 28               |

|                                    |            |
|------------------------------------|------------|
| Подготовка к практическим занятиям | 290        |
| <b>Итого</b>                       | <b>318</b> |

#### 4.5.2. Содержание самостоятельной работы обучающихся

##### Основная группа

| № п/п | Наименование тем и вопросов  | Количество часов |
|-------|--|------------------|
| 1.    | <b>Теоретическая подготовка</b><br>Методика проведения тренировок. Техника безопасности. Профилактика травматизма. Первая медицинская помощь. Методика восстановления.   | 28               |
| 2.    | <b>Общая физическая подготовка</b><br>Регулярные занятия выбранным видом спорта.   | 170              |
| 3.    | <b>Тесты на общефизическую подготовленность</b><br>Выполнение нормативов ГТО.  | 50               |
| 4.    | <b>Тесты на профессионально-прикладную подготовленность</b><br>Упражнения на развитие статической и динамической выносливости мышц туловища, спины. Упражнения на способность выполнять быстрые, точные и экономные движения, обладать ловкостью и координацией движений рук, пальцев. Упражнения на оперативное мышление, оперативную и долговременную память, нервно-эмоциональную устойчивость, выдержку, самообладание. Закаливание. | 50               |
| 5.    | <b>Функциональные пробы</b><br>Выполнение тестов для оценки развития физических качеств студентов: индекс Руфье, проба Штанге, проба Генчи, тест К. Купера, проба Ромберга, ортостатическая проба.   | 20               |
|       | <b>Итого</b>   | <b>318</b>       |

##### Специальная медицинская группа

##### Заболевания опорно-двигательного аппарата

| № п/п | Наименование тем и вопросов   | Количество часов |
|-------|---|------------------|
| 1.    | <b>Теоретическая подготовка</b><br>Методика проведения тренировок. Техника безопасности. Профилактика травматизма. Первая медицинская помощь. Методика восстановления.  | 28               |
| 2.    | <b>Общая физическая подготовка</b><br>Упражнения для формирования и укрепления правильной осанки. Упражнения для ликвидации воспалительных изменений в суставах. Упражнения для развития подвижности в суставах и позвоночнике. Упражнения для растягивания мышечно-связочного аппарата. Корректирующие упражнения. | 170              |
| 3.    | <b>Выполнение контрольных нормативов</b>  | 120              |
|       | <b>Итого</b>  | <b>318</b>       |

##### Заболевания внутренних органов

| № п/п | Наименование тем и вопросов   | Количество часов |
|-------|---|------------------|
| 1.    | <b>Теоретическая подготовка</b><br>Методика проведения тренировок. Техника безопасности. Профилактика травматизма. Первая медицинская помощь. Методика восстановления.  | 28               |
| 2.    | <b>Общая физическая подготовка</b><br>Упражнения для улучшения кровообращения. Упражнения для тренировки вестибулярного аппарата. Упражнения с гимнастическими палками. | 170              |

|    |  |            |
|----|--|------------|
| 3. | <b>Выполнение контрольных нормативов</b> | 120        |
|    | <b>Итого</b>                             | <b>318</b> |

#### Заболевания органов зрения

| № п/п | Наименование тем и вопросов  | Количество часов |
|-------|--|------------------|
| 1.    | <b>Теоретическая подготовка</b><br>Методика проведения тренировок. Техника безопасности. Профилактика травматизма. Первая медицинская помощь. Методика восстановления. | 28               |
| 2.    | <b>Общая физическая подготовка</b><br>Гимнастика Утехина. Гимнастика Аветисова. Гимнастика для снятия утомления глаз.  | 170              |
| 3.    | <b>Выполнение контрольных нормативов</b>   | 120              |
|       | <b>Итого</b>   | <b>318</b>       |

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

Учебно-методические разработки имеются в Научной библиотеке ФГБОУ ВО Южно-Уральский ГАУ:

1. Физическая культура [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие для студентов заочного отделения / Южно-Уральский ГАУ, Институт агроинженерии, Институт агроэкологии ; сост.: И. А. Романов, В. А. Лихачев, Ф. Ф. Касымов. – Челябинск: Южно-Уральский ГАУ, 2016. – 68 с. : табл. Режим доступа: <http://188.43.29.221:8080/webdocs/iae/mesh036.pdf>

2. Физическая культура [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие для самостоятельной работы [для бакалавров очной и заочной форм обучения, обучающихся по направлениям 35.03.03 "Агрохимия и агропочвоведение", 35.03.04 "Агрономия", 35.03.05 "Садоводство" и 35.03.07 "Технология производства сельскохозяйственной продукции"] / Южно-Уральский ГАУ, Институт агроэкологии ; сост.: И. А. Романов, Н. А. Теличкина. – Миасское: Южно-Уральский ГАУ, 2016. – 96 с.: табл. Режим доступа: <http://188.43.29.221:8080/webdocs/iae/mesh037.pdf>

3. Силовая тренировка спортсмена-армборца [Текст]: методические указания по физической культуре / сост. И. А. Романов – Челябинск, ЧГАА, 2011.

4. Рывок гири как средство укрепления мышечного корсета [Электронный ресурс] : метод. указания для самостоятельной работы по дисциплине "Физическая культура" / сост.: И. А. Романов, В. А. Лихачев ; ЧГАА, Институт агроэкологии. – Челябинск: ЧГАА, 2014. – 26 с. : ил., табл. Режим доступа: <http://188.43.29.221:8080/webdocs/iae/mesh035.pdf>

#### 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 №1.

#### 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. Романов, И. А. Реабилитационная физическая культура для студентов сельскохозяйственного вуза [Электронный ресурс] : учеб.пособие / И. А. Романов ; ЧГАУ, Институт агроэкологии. – Челябинск: ЧГАУ, 2009. – 152 с.: ил., табл. Режим доступа:



<http://188.43.29.221:8080/webdocs/iae/mesh033.pdf>

2. Чеснова, Е. Л. Практикум по физической культуре. Учебно-методическое пособие [Электронный ресурс] / Е. Л. Чеснова, В. В. Варинков. - М.: Директ-Медиа, 2013. - 68 с. - 978-  
Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210956>.

3. Чеснова, Е. Л. Физическая культура [Электронный ресурс] : учебное пособие / Е. Л. Чеснова. - М.: Директ-Медиа, 2013. - 160 с. - Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210945>.

4. Волейбол: теория и практика : учебник / под общ. ред. В.В. Рыщарева ; худож. Е. Ильин. - М. : Спорт, 2016. - 456 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-9906734-7-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430479>

5. Баскетбол: основы обучения техническим приемам игры в нападении : учебно-методическое пособие / Министерство образования и науки Российской Федерации, Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б. Н. Ельцина ; сост. Д.П. Адейеми, О.Н. Сулейманова. - Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2014. - 40 с. - ISBN 978-5-7996-1175-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=275631>

#### **Дополнительная:**

1. Физическая культура студентов специального учебного отделения : учебное пособие / Л.Н. Гелецкая, И.Ю. Бирдигулова, Д.А. Шубин, Р.И. Коновалова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет. - Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2014. - 219 с. : табл., схем. - [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364606>

2. Физическая культура и физическая подготовка [Электронный ресурс]: учебник / И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров, В.Я. Кикоть и др. ; под ред. В.Я. Кикоть, И.С. Барчуков. - М. : Юнити-Дана, 2012. - 432 с. - <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=117573>

#### **Периодические издания:**

1. Физическая культура, спорт - наука и практика [Электронный ресурс] - [http://e.lanbook.com/journal/element.php?pl10\\_id=2290](http://e.lanbook.com/journal/element.php?pl10_id=2290)

2. Экстремальная деятельность человека [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241903>

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

1. Единое окно доступа к учебно-методическим разработкам <https://yoypay.pf>
2. ЭБС «Лань» <http://e.lanbook.com/>
3. Университетская библиотека ONLINE <http://biblioclub.ru>
4. Научная электронная библиотека eLibrary <https://elibrary.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. Физическая культура [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие для студентов заочного отделения / Южно-Уральский ГАУ, Институт агроинженерии, Институт агроэкологии ; сост.: И. А. Романов, В. А. Лихачев, Ф. Ф. Касымов. – Челябинск: Южно-Уральский ГАУ, 2016. – 68 с. : табл. Режим доступа: <http://188.43.29.221:8080/webdocs/iae/mesh036.pdf>

2. Физическая культура [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие для самостоятельной работы [для бакалавров очной и заочной форм обучения, обучающихся по направлениям 35.03.03 "Агрохимия и агропочвоведение", 35.03.04 "Агрономия", 35.03.05 "Садоводство" и 35.03.07 "Технология производства сельскохозяйственной продукции"] / Южно-Уральский ГАУ, Институт агроэкологии ; сост.: И. А. Романов, Н. А. Теличкина. – Миасское: Южно-Уральский ГАУ, 2016. – 96 с.: табл. Режим доступа: <http://188.43.29.221:8080/webdocs/iae/mesh037.pdf>

3. Силовая тренировка спортсмена-армборца [Текст]: методические указания по физической культуре / сост. И. А. Романов – Челябинск, ЧГАА, 2011.

4. Рывок гири как средство укрепления мышечного корсета [Электронный ресурс] : метод. указания для самостоятельной работы по дисциплине "Физическая культура" / сост.: И. А. Романов, В. А. Лихачев ; ЧГАА, Институт агроэкологии. – Челябинск: ЧГАА, 2014. – 26 с. : ил., табл. Режим доступа: <http://188.43.29.221:8080/webdocs/iae/mesh035.pdf>

#### **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:

- КонсультантПлюс (справочные правовые системы) <http://www.consultant.ru/>;
- Профессиональные справочные системы Техэксперт <http://www.cntd.ru/>.

Программное обеспечение:

Microsoft Win Starter 7 Russian Academic Open 1 License No Level Legalization Get Genuine, Лицензионный договор № 47544514 от 15.10.2010.

Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN 1 License No Level, Лицензионный договор № 47544515 от 15.10.2010.

Microsoft Office 2010 Russian Academic OPEN 1 License NoLevel, Лицензионный договор № 47544515 от 15.10.2010.

Антивирус Kaspersky Endpoint Security для бизнеса, Лицензионный договор № 17E0-161220-114550-750-604 от 20.12.16.

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

##### **Перечень учебных лабораторий, аудиторий, компьютерных классов**

Учебная аудитория для проведения практических занятий, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации: спортивный зал, тренажерный зал, открытая спортивная площадка.

##### **Перечень основного учебно-лабораторного оборудования**

1. Оборудование и инвентарь для игры в волейбол.
2. Оборудование и инвентарь для игры в баскетбол.
3. Оборудование и инвентарь для игры в бадминтон.
4. Оборудование и инвентарь для игры в настольный теннис.
5. Инвентарь для игры в шашки.
6. Инвентарь для игры в шахматы.
7. Инвентарь для игры в дартс.
8. Оборудование и инвентарь для игры в футбол.
9. Спортивные тренажеры.
10. Гимнастические снаряды.
11. Комплекты беговых лыж.

#### **12. Инновационные формы образовательных технологий**

| Вид занятия<br>Формы работы                           | Лекции | ПЗ |
|---|--------|----|
| Мультимедийные средства контроля физического развития | –      | +  |

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

для текущего контроля успеваемости и проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине **Б1.Б.27 Элективные курсы по физической культуре**

Направление подготовки **35.03.05 Садоводство**

Профиль **Декоративное садоводство и ландшафтный дизайн**

Уровень высшего образования – **бакалавриат (академический)**

Квалификация – **бакалавр**

Форма обучения – **заочная**

## СОДЕРЖАНИЕ

|   |    |
|---|----|
| 1. Компетенции с указанием этапа их формирования в процессе освоения ОПОП .....   | 13 |
| 2. Показатели, критерии и шкала оценивания сформированности компетенций .....   | 13 |
| 3. Типовые контрольные задания и (или) иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этап формирования компетенций в процессе освоения ОПОП..... | 15 |
| 4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этап формирования компетенций ..   | 15 |
| 4.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости.....  | 15 |
| 4.1.1. Мультимедийные средства контроля физического развития .....  | 15 |
| 4.2. Процедуры и оценочные средства для проведения промежуточной аттестации.....  | 16 |
| 4.2.1. Зачет.....   | 16 |
| 4.2.2. Экзамен .....  | 17 |
| 4.2.3. Курсовой проект / курсовая работа .....  | 17 |

## 1. Компетенции с указанием этапа их формирования в процессе освоения ОПОП

Компетенции по данной дисциплине формируются на продвинутом этапе.

| Контролируемые результаты освоения ОПОП (компетенции)  | Контролируемые результаты обучения по дисциплине  |   |   |
|--|---|---|---|
|  | знания  | умения  | навыки  |
| ОК-8<br>способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | Обучающийся должен знать: научно-биологические, педагогические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни – (Б1.Б.27 – 3.1) | Обучающийся должен уметь: использовать творческие средства и методы физического воспитания для профессионального развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни – (Б1.Б.27 – У.1) | Обучающийся должен владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности – (Б1.Б.27 – Н.1) |

## 2. Показатели, критерии и шкала оценивания сформированности компетенций

| Показатели оценивания (ЗУН) | Критерии и шкала оценивания результатов обучения по дисциплине   |   |   |   |
|-----------------------------|--|---|---|---|
|                             | Недостаточный уровень  | Достаточный уровень   | Средний уровень   | Высокий уровень   |
| Б1.Б.27 – 3.1               | Обучающийся не знает научно-биологические, педагогические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни | Обучающийся слабо знает научно-биологические, педагогические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни | Обучающийся знает с незначительными ошибками и отдельными пробелами научно-биологические, педагогические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни | Обучающийся знает с требуемой степенью полноты и точности научно-биологические, педагогические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни |
| Б1.Б.27 – У.1               | Обучающийся не умеет использовать творческие средства и методы физиче-   | Обучающийся слабо умеет использовать творческие средства и методы физиче-   | Обучающийся умеет с незначительными затруднениями использовать творческие   | Обучающийся умеет использовать творческие средства и методы физи-   |

|               |  |   |  |  |
|---------------|--|---|--|--|
|               | ского воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни  | ского воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни   | средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни  | ческого воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни  |
| Б1.Б.27 – Н.1 | Обучающийся не владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности | Обучающийся слабо владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности | Обучающийся владеет с небольшими затруднениями средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности | Обучающийся свободно владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности |

### **3. Типовые контрольные задания и (или) иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этап формирования компетенций в процессе освоения ОПОП**

Типовые контрольные задания и материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков, характеризующих продвинутой этап формирования компетенций в процессе освоения ОПОП, содержатся в учебно-методических разработках, приведенных ниже.

1. Физическая культура [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие для студентов заочного отделения / Южно-Уральский ГАУ, Институт агроинженерии, Институт агроэкологии ; сост.: И. А. Романов, В. А. Лихачев, Ф. Ф. Касымов. – Челябинск: Южно-Уральский ГАУ, 2016. – 68 с. : табл. Режим доступа: <http://188.43.29.221:8080/webdocs/iae/mesh036.pdf>

2. Физическая культура [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие для самостоятельной работы [для бакалавров очной и заочной форм обучения, обучающихся по направлениям 35.03.03 "Агрохимия и агропочвоведение", 35.03.04 "Агрономия", 35.03.05 "Садоводство" и 35.03.07 "Технология производства сельскохозяйственной продукции"] / Южно-Уральский ГАУ, Институт агроэкологии ; сост.: И. А. Романов, Н. А. Теличкина. – Миасское: Южно-Уральский ГАУ, 2016. – 96 с.: табл. Режим доступа: <http://188.43.29.221:8080/webdocs/iae/mesh037.pdf>

3. Силовая тренировка спортсмена-армборца [Текст]: методические указания по физической культуре / сост. И. А. Романов – Челябинск, ЧГАА, 2011.

4. Рывок гири как средство укрепления мышечного корсета [Электронный ресурс] : метод.указания для самостоятельной работы по дисциплине "Физическая культура" / сост.: И. А. Романов, В. А. Лихачев ; ЧГАА, Институт агроэкологии. – Челябинск: ЧГАА, 2014. – 26 с. : ил., табл. Режим доступа: <http://188.43.29.221:8080/webdocs/iae/mesh035.pdf>

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

В данном разделе методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и(или) опыта деятельности, характеризующих продвинутой этап формирования компетенций по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту», 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. Мультимедийные средства контроля физического развития**

Мультимедийные средства контроля физического развития проводятся в разном объеме в зависимости от учебной группы (основной или специальной медицинской): тесты на общефизическую подготовленность, тесты на профессионально-прикладную подготовленность и (или) функциональные пробы.

Критерии оценки тестирования студента доводятся до сведения студентов до начала тестирования. Результат тестирования объявляется студенту непосредственно после его сдачи.

Комплекс тестов на общефизическую подготовку представлен на сайте Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО: <http://www.gto.ru>.

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

### 4.2.1. 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».

Зачет проводится на последнем занятии каждого семестра (1-6) по дисциплине. Зачет принимается преподавателями, проводившими практические занятия 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.

Зачет проводится в форме итогового тестирования, информация о нормативах тестирования доводится 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.

Качественная оценка «зачтено», внесенная в зачетную книжку и зачетно-экзаменационную ведомость, является результатом успешной сдачи зачета.

Результат зачета в зачетную книжку выставляется в день проведения зачета в присутствии самого обучающегося. Преподаватели несут персональную ответственность за своевременность 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». Обучающимся, не сдавшим зачет в установленные сроки по уважительной причине, индивидуальные сроки проведения зачета определяются приказом ректора Университета.

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.).

Шкала и критерии оценивания ответа обучающегося представлены в таблице.

| Шкала               | Критерии оценивания   |
|---------------------|---|
| Оценка «зачтено»    | Выполнение контрольных нормативов на «удовлетворительно», «хорошо» или «отлично». |
| Оценка «не зачтено» | Выполнение контрольных нормативов на «неудовлетворительно».                       |



#### **4.2.2. Экзамен**

Экзамен не предусмотрен учебным планом.

#### **4.2.3. Курсовой проект / курсовая работа**

Курсовой проект / курсовая работа не предусмотрены учебным планом.

**Лист регистрации изменений**

| Номер<br>измене-<br>ния | Номера листов |       |                | Основание для внесения изменений | Подпись | Расшифровка<br>подписи | Дата внесе-<br>ния измене-<br>ния |
|-------------------------|---------------|-------|----------------|----------------------------------|---------|------------------------|-----------------------------------|
|                         | замененных    | новых | аннулированных |                                  |         |                        |                                   |
|                         |               |       |                |                                  |         |                        |                                   |
|                         |               |       |                |                                  |         |                        |                                   |
|                         |               |       |                |                                  |         |                        |                                   |
|                         |               |       |                |                                  |         |                        |                                   |
|                         |               |       |                |                                  |         |                        |                                   |
|                         |               |       |                |                                  |         |                        |                                   |
|                         |               |       |                |                                  |         |                        |                                   |
|                         |               |       |                |                                  |         |                        |                                   |
|                         |               |       |                |                                  |         |                        |                                   |
|                         |               |       |                |                                  |         |                        |                                   |
|                         |               |       |                |                                  |         |                        |                                   |
|                         |               |       |                |                                  |         |                        |                                   |
|                         |               |       |                |                                  |         |                        |                                   |
|                         |               |       |                |                                  |         |                        |                                   |
|                         |               |       |                |                                  |         |                        |                                   |
|                         |               |       |                |                                  |         |                        |                                   |
|                         |               |       |                |                                  |         |                        |                                   |
|                         |               |       |                |                                  |         |                        |                                   |
|                         |               |       |                |                                  |         |                        |                                   |
|                         |               |       |                |                                  |         |                        |                                   |
|                         |               |       |                |                                  |         |                        |                                   |
|                         |               |       |                |                                  |         |                        |                                   |