

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Дмитриев Николай Николаевич  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 17.06.2022 09:27:05  
Уникальный программный ключ:  
f7c6227919e4cdbfb4d7b682991f8553b37cafb

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ИРКУТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
имени А.А. ЕЖЕВСКОГО

Кафедра физической культуры и спорта

Утверждаю:

Зав. кафедрой ФКи С

—  А. И. Ракоца

«24» июля 2020 г.

Рабочая программа дисциплины  
Физическая культура и спорт

Направление подготовки (специальность)

35.03.04 Агрономия

Профиль Технологии производства продукции растениеводства  
(уровень – бакалавриата)

Форма обучения: очная/заочная

1 курс, семестр 1/ 2 курс

Молодежный 2020

## 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

**Целью** физического воспитания студентов вузов является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих воспитательных, образовательных, развивающих и оздоровительных **задач**:

- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование воспитательного процесса мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- усвоение знаний основных норм, которые российское общество выработало на основе таких ценностей как: труд, отечество, природа, мир, знания, культура, здоровье, человек (то есть, в усвоении ими социально значимых знаний);
- развитие позитивных отношений к этим общественным ценностям (то есть в развитии их социально значимых отношений);
- 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, овладение способностью приобретать новые знания, используя современные образовательные и информационные технологии;

- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей;
- совершенствование спортивного мастерства студентов.

## **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Дисциплина «Физическая культура и спорт» входит в обязательную часть Блока 1 учебного плана.

Дисциплина изучается на очной форме обучения на - 1 курсе в 1 семестре и заочной форме обучения – на 2 курсе.

## **3. ТРЕБОВАНИЯ К УСЛОВИЯМ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ)**

Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций, соотнесенных с индикаторами достижения компетенций:

<b>Код компетенции</b>	<b>Результаты освоения ОП</b>	<b>Индикаторы компетенции</b>	<b>Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине</b>
------------------------	-------------------------------	-------------------------------	--

<b>УК-7</b>	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной специальной и профессиональной деятельности	ИД-1 <sub>УК-7</sub> Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни	<p><b>знать:</b> основные методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдать нормы здорового образа жизни, психофизиологические основы учебного труда;</p> <p><b>уметь:</b> использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, здорового образа жизни, самостоятельно анализировать литературу по физической культуре;</p> <p><b>владеть:</b> способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной, профессиональной деятельности, соблюдения норм здорового образа жизни.</p>
		ИД-2 <sub>УК-7</sub> Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности	<p><b>знать:</b> основные методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной нормы здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности;</p> <p><b>уметь:</b> использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной деятельности, здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности, самостоятельно анализировать литературу по физической культуре;</p> <p><b>владеть:</b> способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной деятельности, соблюдения здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.</p>

#### 4. ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Обучение по дисциплине лиц, относящихся к категории инвалидов, и

лиц с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В случае возникновения необходимости обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья в Университете предусматривается создание специальных условий, включающих в себя использование специальных образовательных программ, методов воспитания, дидактических материалов, специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий, обеспечение доступа в здания Университета и другие условия, без которых невозможно или затруднено освоение образовательных программ обучающимися с ограниченными возможностями здоровья.

При получении высшего образования обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляются бесплатно учебная литература, а также услуги сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков.

С учетом особых потребностей обучающимся с ограниченными возможностями здоровья обеспечивается предоставление учебных, лекционных материалов в электронном виде.

## **5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ В ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦАХ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА ЧАСОВ, ВЫДЕЛЕННЫХ НА КОНТАКТНУЮ РАБОТУ**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е. - 72 часа.

**5.1. Объем дисциплины и виды учебной работы:**

**5.2. Очная форма обучения: Семестр 1, вид отчетности – зачет (1 семестр).**

<b>Вид учебной работы</b>	Объем часов / зачетных единиц	Объем часов / зачетных единиц	Объем часов / зачетных единиц	Объем часов / зачетных единиц

	всего	1 семес тр	2 семес тр	3 семес тр	4 семес тр	5 семес тр	6 семест р
<b>Общая трудоемкость дисциплины</b>	<b>72/2</b>						
<b>Контактная работа обучающихся с преподавателем (всего)</b>	<b>72/2</b>						
в том числе:	-						
Лекции (Л)	-						
Практические занятия (ПЗ)	72/2	72/2					
Лабораторные работы (ЛР)	-						
<b>Самостоятельная работа:</b>	-						
Курсовой проект (КП) <sup>1</sup>	-						
Курсовая работа (КР) <sup>2</sup>	-						
Расчетно-графическая работа (РГР)	-						
Реферат (Р)	-						
Эссе (Э)	-						
Контрольная работа	-						
Самостоятельное изучение разделов	-						
Самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий, подготовка к лабораторным и практическим занятиям, коллоквиумам, рубежному контролю и т.д.)	-						
Подготовка и сдача экзамена <sup>2</sup>							
Подготовка и сдача зачета	+	+					

### 5.3. Заочная форма обучения: 2 курс вид отчетности – зачет.

Вид учебной работы	Объем часов / зачетных единиц	Объем часов / зачетных единиц	Объем часов / зачетных единиц	Объем часов / зачетных единиц

	всего	1 курс	2 курс	3 курс
<b>Общая трудоемкость дисциплины</b>	<b>72/2</b>		<b>72/2</b>	
<b>Контактная работа обучающихся с преподавателем (всего)</b>	<b>72/2</b>		<b>72/2</b>	
в том числе:	-		-	
Лекции (Л)	-		-	
Практические занятия (ПЗ)	4		4	
Лабораторные работы (ЛР)	-		-	
<b>Самостоятельная работа:</b>	<b>68</b>		<b>68</b>	
Курсовой проект (КП) <sup>3</sup>	-		-	
Курсовая работа (КР) <sup>4</sup>	-		-	
Расчетно-графическая работа (РГР)	-		-	
Реферат (Р)	-		-	
Эссе (Э)	-		-	
Контрольная работа	-		-	
Самостоятельное изучение разделов	-		-	
Самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий, подготовка к лабораторным и практическим занятиям, коллоквиумам, рубежному контролю и т.д.)	-		-	
Подготовка и сдача экзамена <sup>2</sup>				
Подготовка и сдача зачета	+		+	

## 6. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**6.1. Содержание дисциплины, структурированное по темам с указанием отведенного на них количества часов и видов учебных занятий:**

**6.1.1. Очная форма обучения:**

№	Раздел дисциплины ( <i>тема</i> )	Виды учебных занятий, включая самостоятельную и трудоемкость ( <i>в часах</i> )	Формы текущей, промежуточ-
---	-----------------------------------	---	----------------------------

п/п		Лекции (Л)	Практ (семинарские)	лаборат. работы (ЛР)	самост. работа (СРС)	ной аттеста- ции
1	2	5	6	7	8	9
<b>1 семестр</b>						
	<b>1. Практические занятия с использованием методических материалов</b>					
1	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Воспитание личности студентов, усвоение знаний основных норм, которые российское общество выработало на основе таких ценностей как: труд, отечество, природа, мир, знания, культура, здоровье, человек (то есть, в усвоении ими социально значимых знаний). Развитие позитивных отношений к этим общественным ценностям (то есть в развитии их социально значимых отношений).		2			Опрос
			2			Опрос
			2			Опрос
			2			Опрос
			2			Опрос
			2			Опрос
2	Социально-биологические основы физической культуры.		2			Опрос
3	Основы здорового образа жизни.					
4	Психофизиологические основы учебного труда.		2			Опрос
5	Организационно-методическое занятие.					
6	Методика эффективных и экономичных способов овладения жизненно важными умениями и навыками (бег, ходьба).					
7	Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применение средств ФК для их направленной коррекции.					
8	Методика составления индивидуальных программ физического самовоспитания и занятия с оздоровительной, рекреационной и восстановительной направлен-					



	стью.				
9	<b>4. Практический (учебно-тренировочные занятия)</b> Легкая атлетика		20		Контрольные и зачетные нормативы
10	Общефизическая подготовка		16		Контрольные и зачетные нормативы
11	Спортивные игры		20		Контрольные и зачетные нормативы
	<b>ИТОГО за 1 курс</b>		<b>72</b>		<b>Зачет</b>
	<b>Итого по дисциплине</b>		<b>72</b>		

#### 6.1.2. Заочная форма обучения:

№ п/п	Раздел дисциплины (тема)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную и трудоемкость (в часах)				Формы текущей, промежуточной аттестации
		Лекции (Л)	Практ (семинарские)	лаборат. работы (ЛР)	самост. работа (СРС)	
1	2	5	6	7	8	9
<b>2 курс</b>						
1	<b>1. Практические занятия с использованием методических материалов</b>  Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Воспитание личности студентов, усвоение знаний основных норм, которые российское общество выработало на основе таких ценностей как: труд, отечество, природа, мир, знания, культура, здоровье, человек (то есть, в усвоении ими социально значимых знаний). Развитие позитивных отношений к этим общественным ценностям (то есть в развитии их социально значимых отношений).		2			Опрос
			2			Опрос

2	Социально-биологические основы физической культуры.					
3	<b>2. Практический (учебно-тренировочные занятия)</b> Общефизическая подготовка				68	
	<b>Итого за 2 курс</b>		<b>4</b>		<b>68</b>	зачёт
	<b>Итого по дисциплине</b>		<b>72</b>			

## 7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 7.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины:

#### 7.1.1. Основная литература:

1. Небытова, Л.А. Физическая культура: учебное пособие [Электронный ресурс] / Л. А. Небытова, М. В. Катренко, Н. И. Соколова. - Ставрополь: изд-во СКФУ, 2017. - 269 с.: нет. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/642436>. - Б. ц. Физическая культура: учебное пособие [Электронный ресурс] / Л. А. Небытова, М. В. Катренко, Н. И. Соколова. - Ставрополь: изд-во СКФУ, 2017. - 269 с.: нет. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/642436>. - Б. ц.

2. Физическая культура в вузе: учебно-методическое пособие. [Электронный ресурс]. - Оренбург: ФГБОУ ВПО Оренбургский государственный аграрный университет, 2016. - 84 с.; нет. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/376984>. - ISBN 978-5-88838-951-5: Б. ц.

#### 7.1.2. Дополнительная литература:

1. Бомин, В.А. Физическая культура и спорт [Электронный ресурс]: учеб. пособие для методико-практ. самостоятельной работы студентов / В. А. Бомин [и др.]; Иркут. гос. аграр. ун-т им. А. А. Ежевского. - Электрон. текстовые дан. - Иркутск: Изд-во ИрГАУ, 2019. - 141 с. - (Электронная библиотека ИрГАУ). - Загл. с титул. экрана. - Библиогр.: с. 135-141. - Б. ц.

2. Бомин, В.А. Элективные курсы по физической культуре [Электронный ресурс]: учеб. пособие для методико-практ. самостоятельной работы студентов / В. А. Бомин [и др.]; Иркут. гос. аграр. ун-т им. А. А. Ежевского. - Электрон. текстовые дан. - Иркутск: Изд-во ИрГАУ, 2019. - 56 с. - (Электронная библиотека ИрГАУ). - Загл. с титул. экрана. - Библиогр.: с. 50-56. - Б. ц.

3. Бомин, Вадим Анатольевич (кандидат педагогических наук). Бомин В.А. Организация занятий физической культурой и спортом студентов [Электронный ресурс]: учеб. пособие для вузов и сред. учеб. заведений / В. А. Бомин, А. И. Ракоца, А. И. Трегуб; Иркут. гос. аграр. ун-т им. А. А. Ежевского. - Электрон. текстовые дан. - Иркутск: Изд-во ИрГАУ, 2019. - 322

с.: ил. - (Электронная библиотека ИрГАУ). - Загл. с титул. экрана. - Библиогр.: с. 316-322. - Б. ц.

4. Нестерец, О.Ю. Особенности занятий лечебной физической культурой [Электронный ресурс] : учеб. пособие для вузов / О. Ю. Нестерец, В. А. Бомин, А. И. Ракоца ; Иркут. гос. аграр. ун-т им. А. А. Ежевского. - Электрон. текстовые дан. - Иркутск : Мегапринт, 2018. - 97 с.: ил. - (Электронная библиотека ИрГАУ). - Загл. с титул. экрана. - Библиогр.: с. 92-97. - Б. ц.

5. Ракоца, А.И. Эффективность методики учебно-тренировочного процесса спортсменов полиатлонистов с использованием контроля их функционального состояния [Электронный ресурс]: учеб. пособие для высш. и сред. учеб. заведений / А. И. Ракоца, В. А. Бомин; Иркут. гос. аграр. ун-т им. А. А. Ежевского, Иркут. гос. мед. ун-т. - Электрон. текстовые дан. - Иркутск: Мегапринт, 2017. - 113 с. - (Электронная библиотека ИрГАУ). - Загл. с титул. экрана. - Библиогр.: с. 89-110. - Б. ц.

**7.1.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети Интернет, необходимых для освоения дисциплины:** <http://www.derjivasport.ru/about.html>

**7.1.3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине:**

1. Татаринов, В. И. Настольный теннис. Правила игры [Электронный ресурс]. / В. И. Татаринов.- 2013.- 41 с.- Электрон. текстовые дан. // Руконт: электронно-библиотечная система.- Режим доступа: <http://rucont.ru/efd/208289?cldren=0>

2. Топография [Электронный ресурс] : методические рекомендации для студентов очной и заочной форм обучения по курсам «Спортивное ориентирование» и «Туризм» / А.А. Головкина, Е.Н. Червякова .- Шуя : ФГБОУ ВПО "ШГПУ", 2009.- 32 с.- Электрон. текстовые дан. // Руконт: электронно-библиотечная система.- Режим доступа: <http://rucont.ru/efd/208637?cldren=0>

3. Физическая культура. Раздел: Русская лапта [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / М. Е. Погадаев, В. В. Плотников .- Уфа : УГАЭС, 2009.- 44 с.- Электрон. текстовые дан. // Руконт: электронно-библиотечная система.- Режим доступа: <http://rucont.ru/efd/143811?cldren=0>

4. Физическая реабилитация [Электронный ресурс] : Методические рекомендации для подготовки к семинарским и практическим занятиям и для самостоятельного изучения дисциплины по специальности 032103.65 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм». - М.: РГУФКСМиТ, 2012.- 46 с.- Электрон. текстовые дан. // Руконт: электронно-библиотечная система.- Режим доступа: <http://rucont.ru/efd/202923?cldren=0>

## 7.2. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине:

В процессе лекционных и практических занятий используется следующее лицензионное программное обеспечение и информационные справочные системы:

№ п/п	Наименование программного обеспечения	Договор №, дата, организация
<b>Лицензионное программное обеспечение</b>		
1	Microsoft Windows 7	Акт на передачу прав Н-0005792 от 08.06.2011 года
2	Microsoft Office 2010	
3	Kaspersky Business Space Security Russian Edition	
<b>Свободно распространяемое программное обеспечение</b>		
1	LibreOffice 6.3.3	
2	Adobe Acrobat Reader	
3	Mozilla Firefox 83.x	
4	Opera 72.x	
5	Google Chrome 86.x.	

## 8. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

№ п.п	Наименование оборудованных учебных кабинетов	Оснащенность оборудованных учебных кабинетов	Форма использования
1	664038, Иркутская область, Иркутский район, поселок Молодежный, Иркутский ГАУ, ауд. 319	<b>Специализированная мебель:</b> стол преподавателя - 1 шт., стулья - 3 шт., <b>Технические средства обучения:</b> Мультимедийный проектор Optoma X302, ноутбук Asus P55VA, экран на треноге, дорожка беговая AeroFit, велотренажер КРТ вертикальный, магнитный B22300-С, велоэллипсоид Larsen FB1032M, тренажер эллиптический Ketler Vito M, Бенч КРТ, мячи (волейбольные, баскетбольные, футбольные), табло настенное, щит баскетбольный, стойка волейбольная <b>Список ПО на компьютере:</b> Microsoft Windows 7, Microsoft Office 2010, Kaspersky Business Space Security Russian Edition, LibreOffice 6.3.3, Adobe Acrobat Reader, Mozilla Firefox 83.x, Opera 72.x, Google Chrome 86.x.	Для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации.
2	664038, Иркутская область, Иркутский район, поселок Молодежный, Иркутский ГАУ, ауд. я 119	<b>Специализированная мебель:</b> парта ученическая - 1 шт., <b>Технические средства обучения:</b> Борцовские ковры, мешок боксерский, груша резиновая, маты гимнастические	Для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации.

3	664038, Иркутская область, Иркутский район, поселок Молодеж- ный, Иркутский ГАУ, ауд. 120	<b>Специализированная мебель:</b> парта ученическая - 1 шт., <b>Технические средства обучения:</b> Силовые тренажеры, тренажер многофункциональный Body Solyd, подставка для штанги, гантели, гриф для штанги, гири, грифы гантельные, диски обрезиненные.	Для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации.
4	664038, Иркутская область, Иркутский район, поселок Молодеж- ный, Иркутский ГАУ, ауд. 303 Научно-библиографический отдел	<b>Специализированная мебель:</b> Стол - 11 шт.; Стул - 11 шт. <b>Технические средства обучения:</b> 11 персональных компьютеров подключенных к сети "Интернет" и доступом в электронную информационно-образовательную среду ФГБОУ ВО Иркутского ГАУ и электронно-библиотечную систему (электронной библиотеки); сканер CanoScan LIDE 110 - 2 шт.; Принтер HP Lazer Jet P 2055 - 1 шт.; Принтер HP Lazer Jet M 1132 MFP - 1 шт.	Для самостоятельной работы студентов
5	664038, Иркутская область, Иркутский район, поселок Молодеж- ный, Иркутский ГАУ	Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий	Для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации.

**Рейтинг-план дисциплины  
«Физическая культура и спорт»**

1 курс, 1 семестр

Практические занятия – 72 часа. Зачет.

Текущие аттестации: опрос, контрольные и зачетные нормативы.

**Распределение баллов по разделам (модулям) в 1 семестре**

Раздел дисциплины	Максимальный балл	Сроки
<b>Раздел 1. Практические занятия с использованием методических материалов</b>	40	
Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Воспитание личности студентов, усвоение знаний основных норм, которые российское общество выработало на основе таких ценностей как: труд, отечество, природа, мир, знания, культура, здоровье, человек (то есть, в усвоении ими социально значимых знаний). Развитие позитивных отношений к этим общественным ценностям (то есть в развитии их социально значимых отношений).	5	1 неделя
Тема 2. Социально-биологические основы физической культуры.	5	2 неделя
Тема 3. Основы здорового образа жизни.	5	3 неделя
Тема 4. Психофизиологические основы учебного	5	4 неделя

труда.		
Тема 5. Организационно-методическое занятие.	5	5 неделя
Тема 6. Методика эффективных и экономичных способов овладения жизненно важными умениями и навыками (бег, ходьба).	5	6 неделя
Тема 7. Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применение средств ФК для их направленной коррекции.	5	7 неделя
Тема 8. Методика составления индивидуальных программ физического самовоспитания и занятия с оздоровительной, рекреационной и восстановительной направленностью.	5	8 неделя
<b>Раздел 2. Практический (учебно-тренировочные занятия)</b>	20	
Тема 9. Легкая атлетика	10	1-6 неделя
Тема 10. Общефизическая подготовка	10	7-15 неделя
Итого	60	
Сумма баллов для допуска к зачету	от 40	
Итоговый рейтинговый балл	от 0 до 100	

#### Распределение баллов по видам работ

Вид работы	Единица измерения	Премиальные баллы
Активность на практическом занятии	семестр	0 - 5
Посещение занятий	семестр	0 - 5
Внеаудиторная работа, участие в физкультурно-оздоровительных, спортивных мероприятиях	семестр	0 –20
Участие в конференциях, конкурсах	одно участие	0 – 10
Итого		до 40
Зачет	15-40	

#### Определение итоговой оценки по дисциплине

По результатам работы в семестре студент может получить автоматически зачет при условии, если он набрал более 50 баллов. Если студент набрал менее 40 баллов, то он не допускается к зачету. Неуспевающим студентам предоставляется возможность ликвидировать задолженность (в зависимости от причины неуспеваемости) в предусмотренные кафедрой и деканатом сроки.

Интервал баллов рейтинга	Оценка
Меньше 50	неудовлетворительно
51 - 70	удовлетворительно
71 - 90	хорошо
91 - 100	отлично

Рабочая программа составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по направлению подготовки 35.03.04 Агрономия профиль Технологии производства продукции растениеводства

Программу составил:  Бомин Вадим Анатольевич

Программа одобрена на заседании кафедры физической культуры и спорта

Протокол № 11 от «24» июля 2020\_г.

Заведующий кафедрой



Ракоца А.И.