

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Алейник Станислав Николаевич  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 05.09.2022 13:44:03  
Уникальный программный ключ:  
5258223550ea9fbeb23726a1609b644b33d8986ab6255891f288f913a1351fae

**МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«БЕЛГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
имени В.Я. ГОРИНА»  
(ФГБОУ ВО Белгородский ГАУ)**



**УТВЕРЖДАЮ**  
Декан экономического факультета

Ю.А. Китаев  
«23» 06 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Элективная дисциплина по физической культуре и спорту -  
Легкая атлетика**

Направление подготовки: 44.03.04 Профессиональное обучение (по отраслям)

Направленность (профиль): Сельское хозяйство: технология производства и переработки сельскохозяйственной продукции

Квалификация: Бакалавр

Год начала подготовки: 2022

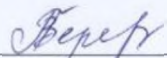
п. Майский, 2022

Рабочая программа дисциплины составлена с учетом требований:

- федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.04 Профессиональное обучение (по отраслям), утвержденного и введенного в действие с приказом Министерства образования и науки РФ от 22 февраля 2018 г № 124;
- порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования РФ от 06.04.2021 г. №245;
- основной профессиональной образовательной программы ФГБОУ ВО Белгородский ГАУ по направлению подготовки 44.03.04. Профессиональное обучение (по отраслям), направленность (профиль) Сельское хозяйство: технология производства и переработки сельскохозяйственной продукции

**Составители:** старший преподаватель кафедры физической культуры Герей Л.В.; старший преподаватель кафедры физической культуры Богданова О.А.

**Рассмотрена** на заседании кафедры физической культуры  
« 18 » мая 2022 г., протокол № 19

Зав. кафедрой  Герей Л.В.

**Согласована** с выпускающей кафедрой профессионального обучения и социально-педагогических дисциплин  
« 18 » мая 2022 г., протокол № 9/1

Зав. кафедрой  Никулина Н.Н.

Руководитель основной профессиональной образовательной программы

 Белозерова И.А.

## **I. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **1.1 Цель дисциплины:**

Целью дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту – Легкая атлетика» является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

### **1.2 Задачи:**

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

## **II. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ (ОПОП)**

### **2.1. Цикл (раздел) ОПОП, к которому относится дисциплина**

Дисциплина «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту – Легкая атлетика» относится к дисциплинам обязательной части Модуля 3. Здоровьесберегающий» (Б1.О.03.ДВ.01.02) основной профессиональной образовательной программы.

## 2.2. Логическая взаимосвязь с другими частями ООП

<p><b>Наименование предшествующих дисциплин, практик, на которых базируется данная дисциплина (модуль)</b></p>	<p>1. История 2. Безопасность жизнедеятельности</p>
<p><b>Требования к предварительной подготовке обучающихся</b></p>	<p><i>знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ общие базовые сведения по истории и безопасности жизнедеятельности;</li> <li>➤ историю возникновения и развития физической культуры с древних времен по настоящее время;</li> <li>➤ степень варьирования физической нагрузки, в зависимости от возрастных и индивидуальных особенностей и уровня физической подготовленности.</li> </ul> <p><i>уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ анализировать свое физическое состояние</li> </ul> <p><i>владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ теоретическими знаниями о развитии и совершенствовании умений и навыков в области физической культуры;</li> <li>➤ способностью к самосовершенствованию и самообразованию, желанием поддерживать здоровый образ жизни.</li> </ul>

### III. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ, СООТВЕТСТВУЮЩИЕ ФОРМИРУЕМЫМ КОМПЕТЕНЦИЯМ

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

			<p>- выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации.</p> <p><b>Владеть:</b></p> <p>- средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.</p>
		<p><b>УК-7.2</b> Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности</p>	<p><b>Знать:</b></p> <p>- основы здорового образа жизни.</p> <p>- приемы, методы, технологии, которые не наносят прямого или косвенного вреда здоровью</p> <p>- методы и средства физического развития и физической подготовленности с учетом реализации конкретной профессиональной деятельности.</p> <p>- основы здоровьесберегающих технологий.</p> <p><b>Уметь:</b></p> <p>- выполнять индивидуальные комплексы упражнений оздоровительной и адаптивной физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетической гимнастики;</p> <p>- решать задачи охраны здоровья</p> <p>- выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации.</p>

			<b>Владеть:</b> - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.
--	--	--	---

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

##### 4.1. Распределение объема учебной работы по формам обучения

Вид работы	Объем учебной работы, час									
	Очная семестр									
	всего	1	2	3	4	5	6	7	8	
<b>Общая трудоемкость, всего, час</b> <i>зачетные единицы</i>	328	-	58	58	58	42	36	42	34	
<b>1. Контактная работа</b>										
<b>1.1. Контактная аудиторная работа (всего)</b>	207		56,2 5	48	44,2 5	18	20,2 5	6	14,2 5	
В том числе:										
Лекции										
Лабораторные занятия										
Практические занятия	174		48	48	36	18	12	6	6	
Установочные занятия										
Предэкзаменационные консультации										
Текущие консультации										
<b>1.2. Промежуточная аттестация</b>										
Зачет	1	-	0,25	-	0,25	-	0,25	-	0,25	
Экзамен										
Выполнение курсовой работы										
Выполнение контрольной работы										
<b>1.3. Контактная внеаудиторная работа (контроль)</b>	32	-	8-	-	8	-	8	-	8	
<b>2. Самостоятельная работа обучающихся (всего)</b>	121		1,75	10	13,75	24	15,75	36	19,75	
в том числе:										
Самостоятельная работа по проработке лекционного материала (от 20 до 60% от объема лекций)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	

Самостоятельная работа по подготовке к лабораторно-практическим занятиям (от 20 до 60% от объема лаб.-практ. занятий)	43,5	-	0,5	4	4	10	5,5	12	7,5					
Работа над темами (вопросами), вынесенными на самостоятельное изучение	38	-	0,5	2	5,5	7	5	12	6					
Самостоятельная работа по видам индивидуальных заданий: подготовка реферата, контрольной работы студента	38,5	-	0,5	4	4	7	5	12	6					
Подготовка к зачету	1	-	0,25	-	0,25	-	0,25	-	0,25					

#### 4.2. Общая структура дисциплины и виды учебной работы обучения

Наименование модулей и разделов дисциплины	Объемы видов учебной работы по формам обучения, час							
	Очная форма обучения				Заочная форма обучения			
	Всего	Лекции	Лабораторно-практ. занятия	Самостоятельная работа	Всего	Лекции	Лабораторно-практ. занятия	Самостоятельная работа
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Модуль 1</b>	-	-	-	-				
<b>Модуль 2</b>	<b>58</b>		<b>48</b>	<b>1,75</b>				
1. Прыжки в длину с места			12	0,5				
2. Прыжки в длину с разбега			12	0,5				
3. Бег на длинные дистанции			12	0,5				
4. Кросс			12	0,25				
<b>Модуль 3</b>	<b>58</b>		<b>48</b>	<b>10</b>				
1. Бег на короткие дистанции			12	2				
2. Бег по пересеченной местности			12	2				
3. Метание			12	3				
4. Прыжки в длину с места			12	3				
<b>Модуль 4</b>	<b>58</b>		<b>36</b>	<b>13,75</b>				
1. Метание			7	2				
2. Челночный бег			7	2				
3. Полоса препятствий			7	3				
4. Кросс			8	3,75				
5. Эстафетный бег			7	3				
<b>Модуль 5</b>	<b>42</b>		<b>18</b>	<b>24</b>				
1. Бег на короткие дистанции			6	8				
2. Бег на средние дистанции			6	8				
3. Эстафетный бег			6	8				
<b>Модуль 6</b>	<b>36</b>		<b>12</b>	<b>15,75</b>				
1. Прыжки в длину с места			4	5				
2. Прыжки в длину с разбега			4	5				
3. Бег на длинные дистанции			4	5,75				

Наименование модулей и разделов дисциплины	Объемы видов учебной работы по формам обучения, час							
	Очная форма обучения				Заочная форма обучения			
	Всего	Лекции	Лабораторно-практ. занятия	Самостоятельная работа	Всего	Лекции	Лабораторно-практ. занятия	Самостоятельная работа
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Модуль 7</b>	<b>42</b>		<b>6</b>	<b>36</b>				
1. Бег на короткие дистанции			2	12				
2. Бег по пересеченной местности			2	12				
3. Кросс			2	12				
<b>Модуль 8</b>	<b>34</b>		<b>6</b>	<b>19,75</b>				
1. Метание			2	6				
2. Челночный бег			2	6				
3. Полоса препятствий			2	7,75				
<i>Предэкзаменационные консультации</i>			-				-	
<i>Текущие консультации</i>			-				-	
<i>Установочные занятия</i>			-				-	
<i>Промежуточная аттестация</i>			1					
<i>Контактная аудиторная работа ( всего)</i>	175	-	174	-				
<i>Контактная внеаудиторная работа ( всего)</i>			32					
<i>Самостоятельная работа (всего)</i>			121					
<b>ИТОГО:</b>								
<i>Контактная аудиторная работа ( всего)</i>			175					
<i>Контактная внеаудиторная работа</i>			32					
<i>Самостоятельная работа</i>			121					
<i>Общая трудоёмкость</i>			328					

### 4.3 Содержание дисциплины

Наименование и содержание модулей и разделов дисциплины
<b>Модуль 1.</b>
<b>1. Бег на короткие дистанции</b>
1.1 Специальные л/атлетические упражнения
1.2 Обучение техники бега на короткие дистанции
1.3 Обучение технике низкого старта



<b>Наименование и содержание модулей и разделов дисциплины</b>
1.4 Обучение технике бега по дорожке стадиона
1.5 Стартовый разгон
1.6 Преодоление дистанции и финиш
<b>2. Бег на средние дистанции</b>
2.1 Специальные л/атлетические упражнения
2.2 Обучение технике бега на средние дистанции
2.3 Обучение технике низкого старта
2.4 Обучение технике бега по дорожке стадиона
2.5 Старт и стартовый разгон
2.6 Преодоление дистанции
2.7 Финиш
<b>3. Эстафетный бег</b>
3.1 Специальные л/атлетические упражнения
3.2 Старт и стартовый разгон
3.3 Прохождение дистанции и передача палочки
3.4 Финиш
<b>4. Бег по пересеченной местности</b>
4.1 Специальные л/атлетические упражнения
4.2 Преодоление дистанции
4.3 Финиш
<b>Модуль 2.</b>
<b>1. Прыжки в длину с места</b>
1.1 Специальные л/атлетические упражнения
1.2 Обучение технике прыжка в длину с места
1.3 Многоскоки
1.4 Упражнения на развитие прыгучести
1.5 Прыжок в длину с места в яму с песком
<b>2. Прыжки в длину с разбега</b>
2.1 Обучение технике разбега
2.2 Обучение технике отталкивания
2.3 Обучение технике полета и приземления
<b>3. Бег на длинные дистанции</b>
3.1 Специальные л/атлетические упражнения
3.2 Старт
3.3 Преодоление дистанции
3.4 Финиш
<b>4. Кросс</b>
4.1 Специальные л/атлетические упражнения
4.2 Старт
4.3 Преодоление дистанции
4.4 Финиш
<b>Модуль 3.</b>
<b>1. Бег на короткие дистанции</b>
1.1 Специальные л/атлетические упражнения
1.2 Обучение технике бега на короткие дистанции
1.3 Обучение технике низкого старта
1.4 Обучение технике бега по дорожке стадиона
1.5 Стартовый разгон

<b>Наименование и содержание модулей и разделов дисциплины</b>
1.6 Преодоление дистанции и финиш
<b>2. Бег по пересеченной местности</b>
2.1 Специальные л/атлетические упражнения
2.2 Упражнения на координацию
2.3 Упражнения на выносливость
2.4 Ориентирование на местности
2.5 Преодоление дистанции
2.6 Финиш
<b>3. Метание</b>
3.1 Специальные л/атлетические упражнения
3.2 Обучение держанию и выпуску снаряда
3.3 Обучение финальному движению в метании снаряда
3.4 Совершенствование техники метания
<b>4. Прыжки в длину с места</b>
4.1 Специальные л/атлетические упражнения
4.2 Обучение технике прыжка в длину с места
4.3 Прыжок в длину с места в яму с песком
<b>Модуль 4.</b>
<b>1. Метание</b>
1.1 Специальные л/атлетические упражнения
1.2 Упражнения для развития силовых качеств
1.3 Обучение держанию и выпуску снаряда
1.4 Обучение финальному движению в метании снаряда
1.5 Совершенствование техники метания
1.6 Стрейчинг
<b>2. Челночный бег</b>
2.1 Обучение технике
2.2 Преодоление дистанции
<b>3. Полоса препятствий</b>
3.1 Специальные л/атлетические упражнения
3.2 Обучение технике прохождения полосы препятствия
3.3 Совершенствование техники
<b>4. Кросс</b>
4.1 Старт
4.2 Преодоление дистанции
4.3 Финиш
<b>5. Эстафетный бег</b>
5.1 Специальные л/атлетические упражнения
5.2 Прохождение дистанции и передача палочки
5.3 Финиш
<b>Модуль 5.</b>
<b>1. Бег на короткие дистанции</b>
1.1 Специальные л/атлетические упражнения
1.2 Обучение технике бега на короткие дистанции
1.3 Обучение технике низкого старта
1.4 Обучение технике бега по дорожке стадиона
1.5 Стартовый разгон
1.6 Преодоление дистанции и финиш

<b>Наименование и содержание модулей и разделов дисциплины</b>
<b>2. Бег на средние дистанции</b>
2.1 Обучение технике бега на средние дистанции
2.2 Обучение технике низкого старта
2.3 Обучение технике бега по дорожке стадиона
2.4 Старт и стартовый разгон
2.5 Преодоление дистанции
2.6 Финиш
<b>3. Эстафетный бег</b>
3.1 Специальные л/атлетические упражнения
3.2 Старт и стартовый разгон
3.3 Прохождение дистанции и передача палочки
3.4 Финиш
<b>Модуль 6.</b>
<b>1. Прыжки в длину с места</b>
1.1 Специальные л/атлетические упражнения
1.2 Совершенствование техники прыжка в длину с места
1.3 Многоскоки
1.4 Упражнения на развитие прыгучести
1.5 Прыжок в длину с места в яму с песком
1.6 Выполнение контрольного норматива
<b>2. Прыжки в длину с разбега</b>
2.1 Специальные л/атлетические упражнения
2.2 Совершенствование техники разбега
2.3 Совершенствование техники отталкивания
2.4 Совершенствование техники полета
2.5 Совершенствование техники приземления
2.6 Выполнение контрольных нормативов
<b>3. Бег на длинные дистанции</b>
3.1 Специальные л/атлетические упражнения
3.2 Старт
3.3 Преодоление дистанции
3.4 Финиш
3.5 Выполнение контрольных нормативов
<b>Модуль 7.</b>
<b>1. Бег на короткие дистанции</b>
1.1 Специальные л/атлетические упражнения
1.2 Совершенствование техники бега на короткие дистанции
1.3 Совершенствование техники низкого старта
1.4 Совершенствование техники бега по дорожке стадиона
1.5 Стартовый разгон
1.6 Преодоление дистанции и финиш
<b>2. Бег по пересеченной местности</b>
2.1 Ориентирование на местности
2.2 Преодоление дистанции
<b>3. Кросс</b>
3.1 Старт
3.2 Преодоление дистанции
3.3 Финиш

<b>Наименование и содержание модулей и разделов дисциплины</b>
<b>Модуль 8.</b>
<b>1. Метание</b>
1.1 Специальные л/атлетические упражнения
1.2 Упражнения для развития силовых качеств
1.3 Совершенствование держания и выпуска снаряда
1.4 Совершенствование финального движения в метании снаряда
1.5 Совершенствование техники метания
<b>2. Челночный бег</b>
2.1 Специальные л/атлетические упражнения
2.2 Совершенствование техники
2.3 Преодоление дистанции
<b>3. Полоса препятствий</b>
3.1 Специальные л/атлетические упражнения
3.2 Преодоление дистанции
3.3 Совершенствование техники

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

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

№ п/п	Наименование рейтингов, модулей и блоков	Формируемые компетенции	Объем учебной работы				Форма контроля знаний	Количество баллов (min)	Количество баллов (max)
			Общая трудоемкость	Лекции	Лабор.-практ. занятия	Самост. работа			
<b>Всего по дисциплине</b>		<b>УК-7</b>					<b>Зачет</b>	<b>51</b>	<b>100</b>
<b>I. Рубежный рейтинг</b>							<b>Сумма баллов за модули</b>	<b>31</b>	<b>60</b>
<b>Модуль 1</b>									

<b>Модуль 2</b>	<b>УК-7</b>	<b>58</b>	<b>48</b>	<b>1,75</b>	<i>Устный опрос, тестовый контроль, реферативная работа.</i>	<b>5</b>	<b>8</b>
1. Прыжки в длину с места			12	0,5			
2. Прыжки в длину с разбега			12	0,5			
3. Бег на длинные дистанции			12	0,5			
4. Кросс			12	0,25			
<b>Модуль 3</b>	<b>УК-7</b>	<b>58</b>	<b>48</b>	<b>10</b>	<i>Устный опрос, тестовый контроль, реферативная работа.</i>	<b>4</b>	<b>9</b>
1. Бег на короткие дистанции			12	2			
2. Бег по пересеченной местности			12	2			
3. Метание			12	3			
4. Прыжки в длину с места			12	3			
<b>Модуль 4</b>	<b>УК-7</b>	<b>58</b>	<b>36</b>	<b>13,75</b>	<i>Устный опрос, тестовый контроль, реферативная работа.</i>	<b>5</b>	<b>8</b>
1. Метание			7	2			
2. Челночный бег			7	2			
3. Полоса препятствий			7	3			
4. Кросс			8	3,75			
5. Эстафетный бег			7	3			
<b>Модуль 5</b>	<b>УК-7</b>	<b>42</b>	<b>18</b>	<b>24</b>	<i>Устный опрос, тестовый контроль, реферативная работа.</i>	<b>4</b>	<b>9</b>
1. Бег на короткие дистанции			6	8			
2. Бег на средние дистанции			6	8			

3. Эстафетный бег				6	8			
<b>Модуль 6</b>	<i>УК-7</i>	<b>36</b>		<b>12</b>	<b>15,75</b>	<i>Устный опрос, тестовый контроль, реферативная работа.</i>	<b>5</b>	<b>8</b>
1. Прыжки в длину с места				4	5			
2. Прыжки в длину с разбега				4	5			
3. Бег на длинные дистанции				4	5,75			
<b>Модуль 7</b>	<i>УК-7</i>	<b>42</b>		<b>6</b>	<b>36</b>	<i>Устный опрос, тестовый контроль, реферативная работа.</i>	<b>4</b>	<b>9</b>
1. Бег на короткие дистанции				2	12			
2. Бег по пересеченной местности				2	12			
3. Кросс				2	12			
<b>Модуль 8</b>	<i>УК-7</i>	<b>34</b>		<b>6</b>	<b>19,75</b>	<i>Устный опрос, тестовый контроль, реферативная работа.</i>	<b>4</b>	<b>9</b>
1. Метание				2	6			
2. Челночный бег				2	6			
3. Полоса препятствий				2	7,75			
<b>II. Творческий рейтинг</b>						<i>Участие в соревнованиях</i>	<b>2</b>	<b>5</b>
<b>III. Рейтинг личностных качеств</b>						<i>Посещаемость занятий</i>	<b>3</b>	<b>10</b>
<b>IV. Рейтинг сформированности прикладных практических требований</b>							<b>+</b>	<b>+</b>
<b>V. Промежуточная аттестация</b>						<b>зачет</b>	<b>15</b>	<b>25</b>

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

## 5.2. Оценка знаний студента

### 5.2.1. Основные принципы рейтинговой оценки знаний

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

Уровень развития компетенций оценивается с помощью рейтинговых баллов.

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

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

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

### 5.2.2. Критерии оценки знаний студента на зачете

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

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

качестве требований к знаниям обучающихся в области изучаемой дисциплины

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

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

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

### ***5.2.3. Критерии оценки знаний студента на экзамене***

Не предусмотрено

## **VI. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **6.1. Основная учебная литература**

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

### **6.2. Дополнительная литература**

1. Богданова О.А., Герей Л.В., Корниенко Е.М., Клавкина М.А. Лечебные и физические упражнения при заболеваниях и травмах верхних конечностей.; Белгородский ГАУ. – Майский : Изд-во Белгородский ГАУ, 2020 г. – 37 с.

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

3. Салашная Е.А., Савченко И.Ю., Вдовенков В.М. Особенности методики обучения броску в баскетболе для студентов первого года обучения. Белгородский ГАУ - Белгород: Изд-во Белгородский ГАУ, 2020.

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



### **6.2.1. Периодические издания**

1. Журнал «Физкультура и спорт»
2. Журнал «Спортивная смена».

### **6.3. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине**

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

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

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

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

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

Для закрепления теоретического материала обучающиеся выполняют различные задания (тестовые задания, рефераты, задачи, и проч.). Их

выполнение призвано обратить внимание обучающихся на наиболее сложные, ключевые и дискуссионные аспекты изучаемой темы, помочь систематизировать и лучше усвоить пройденный материал. Такие задания могут быть использованы как для проверки знаний обучающихся преподавателем в ходе проведения промежуточной аттестации на практических занятиях, а также для самопроверки знаний обучающимися.

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

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

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

### **6.3.1. Методические рекомендации по освоению дисциплины**

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

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

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

4. Студенты основного, подготовительного и специального медицинского отделения занимаются 1-2 раза в неделю (2-4 часа) по расписанию занятий студентов соответствующего факультета дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту».

5. Студенты спортивного отделения занимаются два раза в неделю (4-6 часов) во второй половине дня (с 16:20 часов) согласно расписанию, составленного заведующим кафедрой физической культуры. Для студентов спортивного отделения часы по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту» могут быть дополнены 2-4 часами в неделю за счет факультативного курса (по решению ученого совета Университета).

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

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

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

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

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

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

12. Студенты обязаны овладеть теоретическими знаниями и практическими навыками по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту».

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

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

15. Студенты обязаны соблюдать Устав университета, правила внутреннего распорядка Университета на спортивных объектах, распоряжения и указания декана факультета, заведующего кафедрой.

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

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

### **6.3.2 Видеоматериалы**

Не предусмотрено

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

База статистических данных по развитию физической культуры и спорта в РФ –

<https://www.minsport.gov.ru/sport/physicalculture/statisticheskaya-inf/>

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

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

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

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

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

### **6.5. Перечень программного обеспечения, информационных технологий.**

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

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

## **VII. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Кафедра физической культуры Белгородского ГАУ имеет оборудованные специализированные спортивные залы, в которых можно проводить учебные занятия по следующим видам спорта: баскетболу, волейболу, настольному теннису, мини-футболу, гандболу, атлетизму, армспорту, пауэрлифтингу, греко-римской борьбе, каратэ-до, кикбоксингу, ритмической гимнастике, фитнесу и аэробике. Общая площадь крытых спортивных сооружений составляет более 3000 м<sup>2</sup>.

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование дисциплины (модуля), практик в соответствии с учебным планом</b>	<b>Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы</b>	<b>Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы</b>
1	Элективная дисциплина по физической культуре и спорту	<b>Спортивный зал в здании технологического факультета</b> 1. Спортивный зал.  <b>Физкультурно-оздоровительный комплекс</b> 1. Спортивный зал	Оборудован: 1.1. Шведская стенка – 6 шт., 1.2. Нестандартное оборудование (перекладина) – 2 шт. 1.3. Баскетбольные щиты – 2 шт.  Баскетбольные фермы – 2 шт.

		<p>2. Тренажерный зал</p> <p>3. Футбольное поле</p> <p>4. Площадка для стритбола</p> <p>5. Спортивный городок</p> <p>6. Волейбольная площадка</p> <p><b>Учебный корпус №1</b> 1. Гимнастический зал (борцовский)</p> <p>2. Зал для настольного тенниса и дартса</p> <p><b>Общежитие №5</b> 1. Шахматный клуб</p> <p>2. Универсальный зал</p> <p><b>Общежитие №7</b> 1. Открытые спортивные площадки</p>	<p>Баскетбольные щиты – 12 шт. Стойки волейбольные с сеткой – 1 комп. Гимнастические маты – 15 шт., гимнастические коврики- 15 шт., волейбольные мячи-15 шт., баскетбольные мячи-15 шт., медицин-болы-5 шт., гимнастические палки-15 шт. Футбольные ворота – 2 шт. Переносная перекладина -1 шт. Шведские стенки – 4 шт.</p> <p>Тренажеры, диски, грифы, гантели, медицинские весы, шведская стенка</p> <p>Ворота футбольные</p> <p>Баскетбольные фермы – 2 шт.</p> <p>Оборудован: - теннисный стол – 2 шт. - перекладина разновысокая – 3 шт. - брусья параллельные – 1 шт. - тренажер – 2 шт.</p> <p>Стойки волейбольные с сеткой</p> <p>Гимнастический ковер, боксерские груши, скакалки, гантели, обручи, штанги с блинами, шведская стенка, гимнастические скамейки, зеркала.</p> <p>Стол для настольного тенниса – 4 шт., 8 мишеней для дартса</p> <p>Шахматные столы, стулья, стенды, средства ТСО.</p> <p>Оборудован:</p>
--	--	---	---

		<p>1.1. Теннисный корт</p> <p>1.2. Волейбольная площадка</p> <p>1.3. Площадка для мини-футбола</p> <p><b>Стадион широкого профиля с элементами полосы препятствия</b></p> <p><b>Спортивный уличный городок (общ. №1)</b></p>	<p>- музыкальный центр - гантели - велотренажер - степдоска - мячи-фитболы - станки – 3 шт. - коврики, зеркала</p> <p>Стойки с сеткой для большого тенниса, кресла пластиковые</p> <p>Стойки с сеткой для волейбола, кресла пластиковые</p> <p>Футбольные ворота, кресла пластиковые</p> <p>Оборудован: Футбольные ворота – 2 шт. Прыжковая яма – 1 шт. Беговая дорожка на 4 полосы – 1 шт. Пластиковые сиденья – 170 мест Элементы полосы препятствия: - лабиринт -1 шт. - рукоход разновысотный – 1 шт. - бревно спортивное уличное с наклонной доской – 1 шт. - одиночный окоп – 1 шт. - забор с накладной доской – 1 шт.</p> <p>Тренажеры – 6 шт.</p>
--	--	--	---