

Министерство образования и науки Российской Федерации
Бугульминский филиал федерального государственного бюджетного
образовательного учреждения высшего образования
«Казанский национальный исследовательский технологический университет»
(БФ ФГБОУ ВО «КНИТУ»)



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По дисциплине **Б1.Б.22 Физическая культура и спорт**

Направление подготовки **19.03.03 «Продукты питания животного происхождения»**

Профиль подготовки **«Технология молока и молочных продуктов»**

Квалификация выпускника **бакалавр**

Форма обучения **очная**

Кафедра- разработчик рабочей программы **МГД**

Курс, семестр **3, 6**

| | Часы | | Зачетные единицы | |
|------------------------|-------|---------|------------------|---------|
| | очная | заочная | очная | заочная |
| Лекции | - | - | - | - |
| Практические занятия | 36 | 4 | - | - |
| Семинарские занятия | - | - | - | - |
| Лабораторные занятия | - | - | - | - |
| Самостоятельная работа | 36 | 64 | - | - |
| Форма аттестации | зачет | зачет | 2 | 2 |
| Всего | 72 | 72 | 2 | 2 |

Бугульма, 2018 г.

Рабочая программа составлена с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (приказ министерства образования и науки РФ № 199 от 12 марта 2015 г.)

по направлению 19.03.02 «Продукты питания животного происхождения» для профиля «Технология молока и молочных продуктов», на основании учебного плана набора обучающихся 2018 года.

Примерная программа по дисциплине отсутствует.

Разработчик программы:

Ст.преподаватель кафедры МГД



Э.Р.Галиева

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры менеджмента и гуманитарных дисциплин протокол от 16.05.2018 г. № 9

Зав. кафедрой МГД



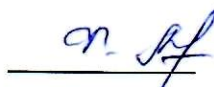
И.В.Галанцева

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания методической комиссии филиала, реализующего подготовку образовательной программы

от 17.05.2018 г. № 2

Председатель комиссии, доцент



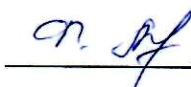
Ф.К. Ахмедзянова

УТВЕРЖДЕНО

Протокол заседания методической комиссии филиала, реализующего подготовку образовательной программы

от 17.05.2018 г. № 2

Председатель комиссии, доцент



Ф.К. Ахмедзянова

1. Цели освоения дисциплины

Целью дисциплины "Физическая культура и спорт" является содействие формированию у студентов общекультурных компетенций путем овладения специальными знаниями, практическими умениями и навыками, обеспечивающими сохранение и укрепление здоровья, коррекцию имеющихся отклонений в функциональном состоянии организма, совершенствование психофизических способностей, профессионально значимых качеств необходимых в будущей профессиональной деятельности.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к *базовой* части ОП и формирует у бакалавров по направлению подготовки 19.03.02 «Продукты питания животного происхождения».

Для успешного освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» *бакалавр* по направлению подготовки 19.03.02 «Продукты питания животного происхождения» должен освоить материал предшествующих дисциплин:

- а) *Б1.Б.13 «Безопасность жизнедеятельности»;*
- б) *Элективные курсы по физической культуре и спорту.*

Знания, полученные при изучении дисциплины «Физическая культура и спорт» могут быть использованы при выполнении и защите выпускной квалификационной работы, включая подготовку к процедуре защиты и процедуру защиты.

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

ОК – 7 - Способность к самоорганизации и самообразованию

ОК – 8 - Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

В результате освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» обучающийся должен:

Знать:

- основы физической культуры и здорового образа жизни;
- роль физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста.

Уметь:

- овладеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств, самоопределение в физической культуре.

Владеть:

- мотивационно-ценностным отношением к физической культуре, установкой на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание, потребностью в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- необходимым уровнем общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность для достижения жизненных и профессиональных целей.

4. Структура и содержание дисциплины «Физическая культура и спорт»

4.1. Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа (очная форма обучения)

| № п/п | Раздел дисциплины | Семестр | Виды учебной работы (в часах) | | | | Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации По разделам |
|-------|---|---------|-------------------------------|---|---------------------|-----|--|
| | | | Лекции и | Семинар (Практические занятия, лабораторные практикумы) | Лабораторные работы | СРС | |
| 1. | Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке специалистов | 6 | | 4 | - | 4 | Доклад |
| 2. | Социально-биологические основы физической культуры. | 6 | | 4 | - | 4 | Доклад |

| | | | | | | | |
|------------------|---|---|--|---|---|---|--------------------|
| 3. | Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья. | 6 | | 4 | - | 4 | Доклад |
| 4. | Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания. | 6 | | 4 | - | 4 | Коллоквиум, доклад |
| 5. | Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. | 6 | | 4 | - | 4 | Доклад |
| 6. | Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений. | 6 | | 4 | - | 4 | Доклад |
| 7. | Самоконтроль за состоянием своего организма, занимающихся физическими упражнениями и спортом. | 6 | | 4 | - | 4 | Доклад |
| 8. | Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов. | 6 | | 8 | - | 8 | Коллоквиум, доклад |
| Форма аттестации | | | | | | | Зачет |

4.2. Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа (заочная форма обучения).

| № п/п | Раздел дисциплины | Семестр | Виды учебной работы (в часах) | | | | Оценочные средства для проведения промежуточной |
|-------|-------------------|---------|-------------------------------|---|---------------------|-----|---|
| | | | Лекции | Семинар (Практические занятия, лабораторные практикумы) | Лабораторные работы | СРС | |
| | | | | | | | |

| | | | | | | | аттестации По разделам |
|------------------|--|---|--|---|---|---|------------------------------|
| 1. | <i>Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке специалистов</i> | 6 | | 4 | - | 4 | Доклад |
| 2. | <i>Социально-биологические основы физической культуры.</i> | 6 | | 4 | - | 4 | Доклад |
| 3. | <i>Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья.</i> | 6 | | 4 | - | 4 | Доклад |
| 4. | <i>Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания.</i> | 6 | | 4 | - | 4 | Коллоквиум, доклад |
| 5. | <i>Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.</i> | 6 | | 4 | - | 4 | Доклад |
| 6. | <i>Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.</i> | 6 | | 4 | - | 4 | Доклад |
| 7. | <i>Самоконтроль за состоянием своего организма, занимающихся физическими упражнениями и спортом.</i> | 6 | | 4 | - | 4 | Доклад |
| 8. | <i>Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов.</i> | 6 | | 8 | - | 8 | Коллоквиум, доклад |
| Форма аттестации | | | | | | | Зачет |

5. Содержание лекционных занятий по темам

Не предусмотрено

6. Содержание семинарских, практических занятий для очной формы обучения

Цель проведения практических занятий - овладение студентами системой научно-практических и специальных знаний, необходимых для понимания природных и социальных процессов функционирования физической культуры общества и личности, умения их адаптивного, творческого использования для личностного и профессионального развития, самосовершенствования, организации здорового стиля жизни при выполнении учебной, профессиональной и социокультурной деятельности.

| № п/п | Раздел дисциплины | Часы | Тема семинара, практического занятия | Формируемые компетенции |
|-------|---|------|---|-------------------------|
| 1. | Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке специалистов | 4 | Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке специалистов | ОК-7, ОК-8 |
| 2. | Социально-биологические основы физической культуры. | 4 | Социально-биологические основы физической культуры. | ОК-7, ОК-8 |
| 3. | Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья. | 14 | Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья. | ОК-7, ОК-8 |
| 4. | Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания. | 4 | Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания. | ОК-7, ОК-8 |
| 5. | Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. | 4 | Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. | ОК-7, ОК-8 |
| 6. | Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений. | 4 | Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений. | ОК-7, ОК-8 |
| 7. | Самоконтроль за состоянием своего организма, занимающихся физическими упражнениями и спортом. | 4 | Самоконтроль за состоянием своего организма, занимающихся физическими упражнениями и спортом. | ОК-7, ОК-8 |
| 8. | Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов | 8 | Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов | ОК-7, ОК-8 |

Содержание семинарских, практических занятий для заочной формы обучения

| № п/п | Раздел дисциплины | Часы | Тема семинара, практического занятия | Формируемые компетенции |
|-------|---|------|---|-------------------------|
| 1. | Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке специалистов | | Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке специалистов | ОК-7, ОК-8 |
| 2. | Социально-биологические основы физической культуры. | | Социально-биологические основы физической культуры. | ОК-7, ОК-8 |
| 3. | Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья. | | Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья. | ОК-7, ОК-8 |
| 4. | Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания. | | Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания. | ОК-7, ОК-8 |
| 5. | Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. | 2 | Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. | ОК-7, ОК-8 |
| 6. | Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений. | 2 | Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений. | ОК-7, ОК-8 |
| 7. | Самоконтроль за состоянием своего организма, занимающихся физическими упражнениями и спортом. | | Самоконтроль за состоянием своего организма, занимающихся физическими упражнениями и спортом. | ОК-7, ОК-8 |
| 8. | Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов | | Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов | ОК-7, ОК-8 |

7. Содержание лабораторных занятий

Не предусмотрены учебным планом

8. Самостоятельная работа бакалавра для очной формы обучения

| № п/п | Темы, выносимые на самостоятельную работу | Часы | Форма СРС | Формируемые компетенции |
|-------|---|------|---|-------------------------|
| 1. | Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке специалистов | 4 | <i>Проработка материала, работа с литературой</i> | ОК-7, ОК-8 |
| 2. | Социально-биологические основы физической культуры. | 4 | <i>Проработка материала, работа с литературой</i> | ОК-7, ОК-8 |
| 3. | Основы здорового образа | 4 | <i>Проработка материала,</i> | ОК-7, ОК-8 |

| | | | | |
|----|---|---|---|------------|
| | жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья. | | <i>работа с литературой, подготовка доклада</i> | |
| 4. | Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания. | 4 | <i>Проработка материала, работа с литературой, подготовка к коллоквиуму</i> | ОК-7, ОК-8 |
| 5. | Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. | 4 | <i>Проработка материала, работа с литературой, подготовка доклада</i> | ОК-7, ОК-8 |
| 6. | Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений. | 4 | <i>Проработка материала, работа с литературой, подготовка доклада</i> | ОК-7, ОК-8 |
| 7. | Самоконтроль за состоянием своего организма, занимающихся физическими упражнениями и спортом. | 5 | <i>Проработка материала, работа с литературой</i> | ОК-7, ОК-8 |
| 8. | Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов. | 7 | <i>Проработка материала, работа с литературой, подготовка к коллоквиуму</i> | ОК-7, ОК-8 |

Самостоятельная работа бакалавра для заочной формы обучения

| № п/п | Темы, выносимые на самостоятельную работу | Часы | Форма СРС | Формируемые компетенции |
|--------------|---|-------------|---|--------------------------------|
| 1. | Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке специалистов | 9 | <i>Проработка материала, работа с литературой</i> | ОК-7, ОК-8 |
| 2. | Социально-биологические основы физической культуры. | 9 | <i>Проработка материала, работа с литературой</i> | ОК-7, ОК-8 |
| 3. | Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья. | 9 | <i>Проработка материала, работа с литературой, подготовка доклада</i> | ОК-7, ОК-8 |
| 4. | Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания. | 9 | <i>Проработка материала, работа с литературой, подготовка к коллоквиуму</i> | ОК-7, ОК-8 |
| 5. | Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. | 9 | <i>Проработка материала, работа с литературой, подготовка доклада</i> | ОК-7, ОК-8 |
| 6. | Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений. | 9 | <i>Проработка материала, работа с литературой, подготовка доклада</i> | ОК-7, ОК-8 |
| 7. | Самоконтроль за состоянием своего организма, занимающихся физическими упражнениями и спортом. | 9 | <i>Проработка материала, работа с литературой</i> | ОК-7, ОК-8 |
| 8. | Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов. | 10 | <i>Проработка материала, работа с литературой, подготовка к коллоквиуму</i> | ОК-7, ОК-8 |

9. Использование рейтинговой системы оценки знаний.

При оценке результатов деятельности обучающихся в рамках дисциплины «Физическая культура и спорт» используется рейтинговая система. Рейтинговая оценка формируется на основании текущего и промежуточного контроля. Максимальное и минимальное количество баллов по различным видам учебной работы описано в положении о рейтинговой системе.

При изучении дисциплины предусматривается зачет, доклад, коллоквиумы. За эти контрольные точки студент может получить минимальное и максимальное количество баллов (см. таблицу).

| <i>Оценочные средства</i> | <i>Кол-во</i> | <i>Min, баллов</i> | <i>Max, баллов</i> |
|---------------------------|---------------|--------------------|--------------------|
| <i>Доклад</i> | <i>1</i> | <i>20</i> | <i>30</i> |
| <i>Коллоквиум</i> | <i>2</i> | <i>40</i> | <i>70</i> |
| <i>Зачет</i> | | | |
| <i>Итого</i> | | <i>60</i> | <i>100</i> |

10. Информационно-методическое обеспечение дисциплины

10.1 Основная литература

При изучении дисциплины «Физическая культура и спорт» в качестве основных источников информации рекомендуется использовать следующую литературу:

| Основные источники информации | Кол-во экз. |
|--|--|
| Муллер Арон Беркович, ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА : Учебник и практикум / Муллер А.Б., Дядичкина Н.С., Богащенко Ю.А. — М. : Издательство Юрайт, 2014.— 424 .— (Бакалавр. Прикладной курс). ISBN 978-5-9916-3778-7 : 84.00 . | Электронная библиотека «Юрайт». www.biblio-online.ru/thematic/?id=urait.content.2C3FF524-D6F7-4368-8B2F-002DE9962699&type=c_pub Доступ с любой точки Интернет после регистрации с IP-адресов БФ ФГБОУ ВО «КНИТУ» |
| Чертов, Н.В. Физическая культура : учебное пособие / Н.В. Чертов ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Южный федеральный университет», Педагогический институт, Факультет физической культуры и спорта. - Ростов : Издательство Южного федерального университета, 2012. - 118 с. - библиогр. с: С. 112. - ISBN 978-5-9275-0896-9 ; То же [Электронный ресурс]. | Университетская библиотека online. http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241131 Доступ с любой точки Интернет после регистрации с IP-адресов БФ ФГБОУ ВО «КНИТУ» |

10.2 Дополнительная литература

В качестве дополнительных источников информации рекомендуется использовать следующую литературу:

| Дополнительные источники информации | Кол-во экз. |
|--|---|
| <p>Актуальные проблемы физической культуры и спорта: Сборник научно-методических трудов профессорско-преподавательского коллектива, аспирантов, соискателей и студентов : сборник материалов / Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Московский педагогический государственный университет», Факультет физической культуры ; под ред. Т.К. Ким и др. - Москва : Прометей, 2013. - 230 с. - ISBN 978-5-7042-2420-4 ; То же [Электронный ресурс].</p> | <p>Университетская библиотека online. http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=240539 Доступ с любой точки Интернет после регистрации с IP-адресов БФ ФГБОУ ВО «КНИТУ»</p> |
| <p>Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры : учебное пособие для вузов / Бегидова Т. П. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2016. — 188 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-04932-9.</p> | <p>Электронная библиотека «Юрайт». http://www.biblio-online.ru/book/2B7A64A5-0F1A-4365-8987-4E59F8984293. Доступ с любой точки Интернет после регистрации с IP-адресов БФ ФГБОУ ВО «КНИТУ»</p> |

10.3 Электронные источники информации

При изучении дисциплины «Физическая культура и спорт» в качестве электронных источников информации рекомендуется использовать следующие источники:

1. Российская государственная библиотека – Режим доступа: www.rsl.ru
2. Научная библиотека МГУ им. М.В. Ломоносова – Режим доступа: www.nbmggu.ru
3. Электронный каталог УНИЦ КНИТУ – Режим доступа: <http://ruslan.kstu.ru/>
4. Электронная библиотека УНИЦ КНИТУ – Режим доступа: <http://ft.kstu.ru/ft/>
5. Электронная библиотека «Юрайт» - Режим доступа: <https://biblio-online.ru/>
6. Университетская библиотека online – Режим доступа: www.biblioclub.ru

Согласовано:

Библиотекарь

Латыпова

Латыпова А.Г.

11. Оценочные средства для определения результатов освоения дисциплины

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся разрабатываются согласно положению о Фондах оценочных средств, рассматриваются как составная часть рабочей программы и оформляются отдельным документом.

12. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

Для реализации учебного процесса по дисциплине «Физическая культура и спорт» требуется следующее материально-техническое обеспечение:

| Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы | Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы | Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа |
|--|---|---|
| Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа (К, 104) | <ul style="list-style-type: none"> - мультимедийный проектор; - ноутбук; - настенный экран; - акустические колонки; - учебные столы, стулья; - доска; - стол преподавателя, - учебно – наглядные пособия. | Microsoft® Windows Professional 7 Russian (), -Microsoft® Office Professional Plus 2010 Russian (), -антивирусная программа Kaspersky Endpoint Security 8 (). |
| Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации (К, 211) | <ul style="list-style-type: none"> - персональный компьютер (4); - доска; - учебные столы, стулья; - стол преподавателя. | -Microsoft® Windows Professional 7 Russian (), -Microsoft® Office Professional Plus 2010 Russian (), -антивирусная программа Kaspersky Endpoint Security 8 (). |
| Помещение для самостоятельной работы обучающегося (К, 210) | <ul style="list-style-type: none"> - персональный компьютер (4); - столы компьютерные; - учебные столы, стулья. | -Microsoft® Windows Professional 7 Russian (), -Microsoft® Office Professional Plus 2010 Russian (), -антивирусная программа Kaspersky Endpoint Security 8 (). |

13. Образовательные технологии.

1. Лекции. Наряду с традиционными видами лекционных занятий, также используются лекция-визуализация (с использованием различных форм наглядности: презентации по дисциплине, мультимедиа, рисунки, фото, схемы

и таблицы); лекция-консультация (осуществляемая в формате «вопросы – ответы»).

2. Практические занятия (устный опрос, тестирование, собеседование, дискуссия, коллоквиум, рефераты).

3. При организации самостоятельной работы используются следующие образовательные технологии: самообучение (индивидуальная и групповая самостоятельная работа – изучение базовой и дополнительной литературы, подготовка к практическим занятиям).


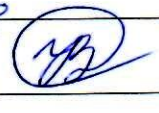
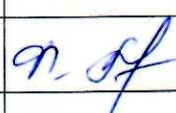
Лист переутверждения рабочей программы

Рабочая программа по дисциплине «Физическая культура и спорт»

(наименование дисциплины)

пересмотрена на заседании кафедры МГД

(наименование кафедры)

| № п/п | Дата переутверждения РП (протокол заседания кафедры № _____ от ____ 20__) | Наличие изменений | Наличие изменений в списке литературы | Подпись разработчика РП | Подпись заведующего кафедрой | Подпись начальника УМО |
|-------|--|-------------------|---------------------------------------|--|---|---|
| 1 | н/п от 30.08.19 | нет | нет |  |  |  |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |