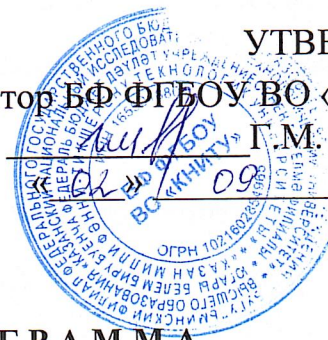


Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Бугульминский филиал федерального государственного бюджетного
образовательного учреждения высшего образования
«Казанский национальный исследовательский технологический университет»
(БФ ФГБОУ ВО «КНИТУ»)

УТВЕРЖДАЮ
Директор БФ ФГБОУ ВО «КНИТУ»
Г.М. Рахимова
_____ 2020 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По дисциплине Б1.В.01 Элективные курсы по физической культуре и спорту

Направление подготовки (специальности) 19.03.03 «Продукты питания животного происхождения»

Профиль подготовки «Технология мяса и мясных продуктов»

Квалификация выпускника БАКАЛАВР

Форма обучения очная/заочная

Институт, факультет БФ ФГБОУ ВО «КНИТУ»

Кафедра-разработчик рабочей программы МГД

Курс, семестр очная форма 1-3 курсы, 1-6 семестры

Курс, семестр заочная форма 3 курс, 6 семестр

	Часы (очная форма обучения)	Зачетные единицы	Часы (заочная форма обучения)	Зачетные единицы
Практические занятия	328	9,11	6	0,17
Самостоятельная работа	-	-	318	8,83
Форма аттестации	зачет	-	зачет	0,11
Всего	328	9,11	328	9,11

Бугульма, 2020 г.

Рабочая программа составлена с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования № 199 от 12.03.2015 г. по направлению подготовки 19.03.03 «Продукты питания животного происхождения» для профиля «Технология молока и молочных продуктов», на основании учебного плана набора обучающихся 2020 года.

Разработчик программы:

ст. преподаватель кафедры МГД


(подпись)

Галиева Э.Р.
(Ф.И.О.)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры МГД
протокол от 01.09 2020 г. № 1

Зав. кафедрой МГД, доцент

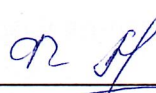

(подпись)

Рахимова Г.М.
(Ф.И.О.)

УТВЕРЖДЕНО

Протокол заседания методической комиссии филиала, реализующего
подготовку образовательной программы от 01.09.2020 г. № 2

Председатель комиссии, доцент


(подпись)

Ахмедзянова Ф. К.
(Ф.И.О.)

1. Цели освоения дисциплины

Целями дисциплины Б1.В.01 «Элективные курсы по физической культуре и спорту» являются:

- а) содействие формированию у студентов общекультурных компетенций путем овладения специальными знаниями, практическими умениями и навыками, обеспечивающими сохранение и укрепление здоровья;
- б) коррекцию имеющихся отклонений в функциональном состоянии организма;
- в) совершенствование психофизических способностей, профессионально значимых качеств необходимых в будущей профессиональной деятельности.

2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы высшего профессионального образования

Дисциплина Б1.В.01 «Элективные курсы по физической культуре и спорту» относится к вариативной части ОП и формирует у бакалавров по направлению подготовки 19.03.03 «Продукты питания животного происхождения» набор знаний, умений, навыков и компетенций.

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

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

ПК-12 – готовностью выполнять работы по рабочим профессиям

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

1) Знать:

- а) место физической культуры в общекультурной и профессиональной подготовке специалиста; законодательство Российской Федерации в области физической культуры и спорта;
- б) научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни;
- в) методику профессионально-прикладной физической подготовки и самостоятельных занятий различной целевой направленности.

2) Уметь:

- а) творчески использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования и формирования здорового образа и стиля жизни;
- б) составлять комплексы физических упражнений для самостоятельных занятий и вести дневник самоконтроля;

в) выполнять основные приемы самомассажа и релаксации, защиты и самообороны, страховки и самостраховки.

3) Владеть:

а) средствами и методами укрепления индивидуального здоровья и физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности;

б) практическими навыками здорового образа и стиля жизни;

в) методами оценки и контроля физического развития, физической и функциональной подготовленности.

4. Структура и содержание дисциплины Б1.В.01 «Элективные курсы по физической культуре и спорту»

Общая трудоемкость дисциплины для очной формы обучения составляет 9,11 зачетных единиц, 328 часов. Форма промежуточного контроля дисциплины зачет в 1 семестре; зачет во 2 семестре; зачет в 3 семестре; зачет в 4 семестре; зачет в 5 семестре, зачет в 6 семестре.

Общая трудоемкость дисциплины для заочной формы обучения составляет 9,11 зачетных единиц, 328 часов.

Таблица 1а

Объем дисциплины (модуля) для очной формы обучения

№ п/п	Раздел дисциплины	Всего часов	Форма контроля текущей успеваемости				Форма промежуточной аттестации
			Лекции	Семинар (Практические занятия, лабораторные практикумы)	Лабораторные работы	СРС	
1.	Легкая атлетика	20	-	20	-	-	КН
2.	Гимнастика и общая физическая подготовка	22	-	22	-	-	КН
3.	Лыжная подготовка	22	-	22	-	-	КН
4.	Спортивные игры	22	-	22	-	-	КН
5.	Плавание	22	-	22	-	-	КН
	Итого за I курс	108	-	108	-	-	1,2 семестр-зачет
1.	Легкая атлетика	22	-	22	-	-	КН

2.	Гимнастика	22	-	22	-	-	КН
3.	Лыжная подготовка	22	-	22	-	-	КН
4.	Спортивные игры	22	-	22	-	-	КН
5.	Плавание	20	-	20	-	-	КН
Итого за II курс		108	-	108	-	-	3,4 семестр-зачет
1.	Легкая атлетика	22	-	22	-	-	КН
2.	Гимнастика	22	-	22	-	-	КН
3.	Лыжная подготовка	22	-	22	-	-	КН
4.	Спортивные игры	24	-	24	-	-	КН
5.	Плавание	22	-	22	-	-	КН
Итого за III курс		112	-	112	-	-	5,6 семестр-зачет
Итого		328	-	328	-	-	

Таблица 16

Объем дисциплины (модуля) для заочной формы обучения

№ п/п	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы (в часах)				Форма контроля текущей успеваемости
			Лекции	Семинар (Практические занятия, лабораторные практикумы)	Лабораторные работы	СРС	
1.	Легкая атлетика	6	-	1	-	60	Контрольные упражнения и тесты по оценке физического развития
2.	Гимнастика и общая физическая подготовка	6	-	1	-	60	Контрольные упражнения и тесты по оценке физического развития
3.	Лыжная подготовка	6	-	2	-	60	Контрольные упражнения и тесты по оценке физического развития
4.	Спортивные игры	6	-	2	-	60	Контрольные упражнения и тесты по оценке физического развития
5.	Плавание	6	-		-	78	Контрольные упражнения и тесты по оценке физического развития
Форма аттестации							Зачет

5. Содержание лекционных занятий по темам

Учебным планом не предусмотрено.

6. Содержание семинарских, практических занятий (лабораторного практикума)

Цель проведения практических занятий - овладение практическими умениями и навыками, обеспечивающими сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие, и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности (таблица 2а – очная форма, таблица 2б – заочная форма)

Таблица 2а

№	Раздел дисциплины	Часы	Темы практических занятий	Формируемые компетенции
1.	Легкая атлетика	66	Старты: низкий и высокий, с опорой на одну руку, низкий с последующим ускорением на 60м. Бег: «спринтерский» - 100 м; «эстафетный»; «кроссовый» на 2 и 3 км; бег с преодолением препятствий. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз).	ОК – 8, ПК – 12
2.	Гимнастика и общая физическая подготовка	66	Инструктаж по технике безопасности. Обучение двигательным действиям. Упражнения в равновесии. Упражнения с мячом, обручем и скакалкой. Упражнения для развития ловкости и гибкости. Техника выполнения акробатических упражнений.	ОК – 8, ПК – 12
3.	Лыжная подготовка	66	Инструктаж по технике безопасности. Общие основы лыжной подготовки. Обучение одновременного двушажного хода. Обучение технике передвижения на лыжах. Совершенствование техники передвижения на лыжах. Бег 2,3 км.	ОК – 8, ПК – 12
4.	Спортивные игры	68	Баскетбол. Инструктаж по технике безопасности по баскетболу. Основные технические приемы. Обучение технике ведения мяча, передачи мяча в движении. Совершенствование техники ведения и броска мяча в кольцо, ловли мяча после отскока от щита, штрафной бросок. Волейбол. Инструктаж по технике безопасности по волейболу. Основные технические приемы. Обучение технике подачи, передачи мяча. Совершенствование техники подачи, блока, нападающего удара Футбол. Инструктаж по технике безопасности по футболу. Основные технические приемы. Обучение технике ведения мяча, передачи мяча в движении. Совершенствование техники ведения и передачи мяча	ОК – 8, ПК – 12
5.	Плавание	62	Обучение технике плавания способом брасс. Общая характеристика способа плавания брасс. Изучение техники движения ног и рук в брассе. Обучение и совершенствование техники плавания способом «баттерфляй». Преодоление дистанции 50 м. (вольным стилем)	ОК – 8, ПК – 12

Таблица 2б

№	Раздел дисциплины	Часы	Темы практических занятий	Формируемые компетенции
---	-------------------	------	---------------------------	-------------------------

1.	Легкая атлетика	1	Инструктаж по технике безопасности. Старты: низкий и высокий, с опорой на одну руку, низкий с последующим ускорением на 60м.	ОК – 8, ПК – 12
2.	Гимнастика и общая физическая подготовка	1	Инструктаж по технике безопасности. Обучение двигательным действиям.	ОК – 8, ПК – 12
3.	Лыжная подготовка	2	Инструктаж по технике безопасности. Общие основы лыжной подготовки.	ОК – 8, ПК – 12
4.	Спортивные игры	2	Баскетбол. Инструктаж по технике безопасности по баскетболу. Основные технические приемы. Волейбол. Инструктаж по технике безопасности по волейболу. Основные технические приемы.	ОК – 8, ПК – 12

7. Содержание лабораторных занятий

Учебным планом не предусмотрено.

8. Самостоятельная работа бакалавра

По очной форме обучения самостоятельная работа учебным планом не предусмотрена.

Таблица 2а

№ п/п	Темы, выносимые на самостоятельную работу	Часы	Формы СРС	Формируемые компетенции
1.	Легкая атлетика	60	Старты: низкий и высокий, с опорой на одну руку, низкий с последующим ускорением на 60м. Бег: «спринтерский» - 100 м; «эстафетный»; «кроссовый» на 2 и 3 км; бег с преодолением препятствий. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз).	ОК-8, ПК-12
2.	Гимнастика и общая физическая подготовка	60	Инструктаж по технике безопасности. Обучение двигательным действиям. Упражнения в равновесии. Упражнения с мячом, обручем и скакалкой. Упражнения для развития ловкости и гибкости. Техника выполнения акробатических упражнений.	ОК-8, ПК -12
3.	Лыжная подготовка	60	Инструктаж по технике безопасности. Общие основы лыжной подготовки. Обучение одновременного двушажного хода. Обучение технике передвижения на лыжах. Совершенствование техники передвижения на лыжах. Бег 2,3 км.	ОК -8, ПК-12
4.	Спортивные игры	60	Баскетбол. Инструктаж по технике безопасности по баскетболу. Основные технические приемы. Обучение технике ведения мяча, передачи мяча в движении. Совершенствование техники ведения и броска мяча в кольцо, ловли мяча после отскока от щита, штрафной бросок. Волейбол. Инструктаж по технике безопасности по волейболу. Основные технические приемы. Обучение технике подачи, передачи мяча. Совершенствование техники подачи, блока, нападающего удара Футбол. Инструктаж по технике безопасности по футболу. Основные технические приемы. Обучение технике ведения мяча, передачи мяча в движении.	ОК-8, ПК-12

			Совершенствование техники ведения и передачи мяча	
5.	Плавание	78	Обучение технике плавания способом брасс. Общая характеристика способа плавания брасс. Изучение техники движения ног и рук в брассе. Обучение и совершенствование техники плавания способом «баттерфляй». Преодоление дистанции 50 м. (вольным стилем)	ОК-8, ПК-12

9. Использование рейтинговой системы оценки знаний.

При оценке результатов деятельности обучающихся в рамках дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» 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. Суммарно по дисциплине можно получить 100 баллов, из них текущая работа оценивается в 50 баллов, итоговая форма контроля - в 50 баллов. Минимальное количество для допуска к зачету 28 баллов.

<i>Оценочные средства</i>	<i>Кол-во</i>	<i>Min, баллов</i>	<i>Max, баллов</i>
<i>Контрольная работа</i>	<i>1</i>	<i>18</i>	<i>24</i>
<i>Лабораторная работа</i>	<i>9</i>	<i>18</i>	<i>36</i>
<i>Экзамен</i>		<i>24</i>	<i>40</i>
<i>Итого</i>		<i>60</i>	<i>100</i>

10. Информационно-методическое обеспечение дисциплины

10.1 Основная литература

При изучении дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» в качестве основных источников информации рекомендуется использовать следующую литературу:

Основные источники информации	Кол-во экз.
1. Физическая культура: учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.]: под редакцией Е. В. Конеевой. 2-е изд., перераб. и доп. Москва: Издательство Юрайт, 2020. 599 с.	ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: http://biblio-online.ru/bcode/446683 Доступ с любой точки Интернет после регистрации с IP-адресов БФ ФГБОУ ВО «КНИТУ»
2. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка: учебное пособие для вузов / А. А. Зайцев [и др.]; под общей редакцией А. А. Зайцева. 2-е изд., перераб. и доп. Москва: Издательство Юрайт, 2020. 227 с.	ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: http://biblio-online.ru/bcode/447870 Доступ с любой точки Интернет после регистрации с IP-адресов БФ ФГБОУ ВО «КНИТУ»
3. Тычинин Н.В. Элективные курсы по физической культуре и спорту: учебное пособие / Н.В. Тычинин;	ЭБС «Университетская библиотека online»

Воронежский государственный университет инженерных технологий. Воронеж: Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2017. 65 с. Режим доступа: по подписке.	URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=482033 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.
4. Спортивные игры: правила, тактика, техника: учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.]; под общей редакцией Е. В. Конеевой. 2-е изд., перераб. и доп. Москва : Издательство Юрайт, 2020. 322 с.	ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: http://biblionline.ru/bcode/456321 Доступ с любой точки Интернет после регистрации с IP-адресов БФ ФГБОУ ВО «КНИТУ»
5. Парыгина О.В. Методические рекомендации по реализации программы «Б1.В.ДВ Элективные курсы по физической культуре» средствами силовых тренажеров: методическое пособие: [16+] / О.В. Парыгина, О.Г. Мрочко; Федеральное агентство морского и речного транспорта, Московская государственная академия водного транспорта, Государственный университет морского и речного флота имени адмирала С.О. Макарова. Москва: Альтаир: МГАВТ, 2017. 55 с.	ЭБС «Университетская библиотека online» URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483865 Доступ с любой точки Интернет после регистрации с IP-адресов БФ ФГБОУ ВО «КНИТУ»

10.3 Электронные источники информации

При изучении дисциплины Б1.Б.05 «Физическая культура и спорт» в качестве электронных источников информации рекомендуется использовать следующие источники:

Электронные источники информации
1.Российская государственная библиотека – Режим доступа: www.rsl.ru
2.Научная библиотека МГУ им. М.В. Ломоносова – Режим доступа: www.nbmgu.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.Университетская библиотека online – Режим доступа: www/ biblioclub.ru

Согласовано:

Зав.библиотекой



Латыпова А.Г.

11. Оценочные средства для определения результатов освоения дисциплины

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

12. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

Наименование раздела (темы) дисциплины	Наименование учебной лаборатории, аудитории, класса	Перечень лабораторного оборудования, специализированной мебели и технических средств обучения
1-5	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа (К, 104)	<ul style="list-style-type: none"> - мультимедийный проектор; - персональный компьютер; - настенный экран; - акустические колонки; - учебные столы, стулья; - доска передвижная; - стол преподавателя.
	Помещение для самостоятельной работы (К, 210)	<ul style="list-style-type: none"> - персональный компьютер (4); - учебные столы, стулья.
	Спортивный зал (Л, 136 б)	<ul style="list-style-type: none"> - стенка (гимнастическая); - скамейка (гимнастическая); - волейбольная сетка; - баскетбольные щиты, кольца, сетка; - маты гимнастические; - лыжи; - лыжные ботинки; - лыжные палки; - обручи; - скакалки гимнастические; - беговая дорожка; - бадминтонные ракетки; - ракетки для тенниса; - гири; - гантели; - мячи волейбольные, футбольные, баскетбольные; - теннисный стол; - набивные мячи; - шахматы; - волейбольные стойки; - скамья односторонняя (в раздевалках); - ограждающие устройства на окна и радиаторы; - турник навесной.

13. Образовательные технологии

При необходимости в образовательном процессе применяются следующие методы и технологии, облегчающие восприятие информации обучающимися инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья:

- создание текстовой версии любого нетекстового контента для его возможного преобразования в альтернативные формы, удобные для различных пользователей;
- создание контента, который можно представить в различных видах без потери данных или структуры, предусмотреть возможность масштабирования текста и изображений без потери качества, предусмотреть доступность управления контентом с клавиатуры;
- создание возможностей для обучающихся воспринимать одну и ту же информацию из разных источников - например, так, чтобы лица с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения - аудиально;
- применение программных средств, обеспечивающих возможность освоения навыков и умений, формируемых дисциплиной, за счёт альтернативных способов, в том числе виртуальных лабораторий и симуляционных технологий;
- применение дистанционных образовательных технологий для передачи информации, организации различных форм интерактивной контактной работы обучающегося с преподавателем, в том числе вебинаров, которые могут быть использованы для проведения виртуальных лекций с возможностью взаимодействия всех участников дистанционного обучения, проведения семинаров, выступления с докладами и защиты выполненных работ, проведения тренингов, организации коллективной работы;
- применение дистанционных образовательных технологий для организации форм текущего и промежуточного контроля;
- увеличение продолжительности сдачи обучающимся инвалидом или лицом с ограниченными возможностями здоровья форм промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности их сдачи:
- продолжительности сдачи зачёта, проводимого в письменной форме, - не более чем на 90 минут; - продолжительности подготовки обучающегося к ответу на зачёте, проводимом в устной форме, - не более чем на 20 минут;
- продолжительности выступления обучающегося.

Лист переутверждения рабочей программы

Рабочая программа по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту»
(наименование дисциплины)

пересмотрена на заседании кафедры МГД
(наименование кафедры)

№ п/п	№ раздела внесения изменений	Дата внесения изменений	Содержание изменений	Подпись разработчика РП	Подпись заведующего кафедрой	Подпись начальника УМО