МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ДЕПАРТАМЕНТ НАУЧНО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ ПОЛИТИКИ И ОБРАЗОВАНИЯ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

Институт землеустройства, кадастров и природообустройства

Кафедра физической культуры

СОГЛАСОВАНО:	**УТВЕРЖДАЮ:**
Директор института:	**Ректор:**
Е.А. Летягина	**Н.И. Пыжикова**
«26» марта 2020 г.	**«27» марта 2020 г.**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Физическая культура и спорт

ФГОС ВО

Направление подготовки: 21.03.02 – Землеустройство и кадастры
(код, наименование)

Направленность (профиль) Городской кадастр
Курсы 1
Семестры 1
Форма обучения очная
Квалификация выпускника бакалавр

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
УСИЛЕННОЙ КВАЛИФИЦИРОВАННОЙ
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ВЫДАННОЙ: ФГБОУ ВО КРАСНОЯРСКИЙ ГАУ
ВЛАДЕЛЕЦ: РЕКТОР ПЫЖИКОВА Н.И.
ДЕЙСТВИТЕЛЕН: 08.12.2021 - 08.03.2023

Красноярск, 2020

Составитель: Иванова Т.С., к.т.н., доцент, Денискин В.В., к.п.н., доцент
(ФИО, ученая степень, ученое звание)

«15» января 2020 г.

Рецензент: Юманов Н.А., доцент кафедры физической культуры ИФКС и Т СФУ
«16» января 2020 г.

Программа разработана в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 21.03.02 Землеустройство и кадастры

Программа обсуждена на заседании кафедры физической культуры протокол № 5 от «20» января 2020 г.

Зав. кафедрой Шубин Д.А., к.п.н., доцент
(ФИО, ученая степень, ученое звание)

«20» января 2020 г.

Лист согласования рабочей программы

Программа принята методической комиссией института землеустройства, кадастров и природообустройства протокол № 8 от «24» марта 2020 г.

Председатель методической комиссии
Л.И. Виноградова, канд. геогр. наук, доцент
(ФИО, ученая степень, ученое звание)

«24» марта 2020 г.

Зав. выпускающей кафедрой по направлению подготовки 21.03.02 Землеустройство и кадастры, направленность (профиль): Городской кадастр
С.Э. Бадмаева, д-р биол. наук, профессор
(ФИО, ученая степень, ученое звание)

«24» марта 2020 г.

Заведующие кафедрами: С.Э. Бадмаева, д-р биол. наук, профессор

Оглавление

АННОТАЦИЯ ……...5
1. ТРЕБОВАНИЯ К ДИСЦИПЛИНЕ……....6
1.1. Внешние и внутренние требования…….....6
1.2. Место дисциплины в учебном процессе… ……....6
2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ. КОМПЕТЕНЦИИ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ… …….6
3. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ДАННЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ.....7
4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ…… …….…...8
4.1. Структура дисциплины…… ……...….....8
4.2. Трудоёмкость модулей и модульных единиц дисциплины…… ……...…8
4.3.Содержание модулей дисциплины…… ……9
4.4. Лабораторные/практические/семинарские занятия……..……10
4.5. Самостоятельное изучение разделов дисциплины и виды самоподготовки к текущему контролю знаний……..12
4.5.1. Перечень вопросов для самостоятельного изучения и видов самоподготовки к текущему контролю знаний……...……...12
4.5.2. Курсовые проекты (работы)/ контрольные работы/ расчетно-графические работы/ учебно-исследовательские работы……..13
5. ВЗАИМОСВЯЗЬ ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ……15
6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ……....15
6.1. Основная литература……..…15
6.2. Дополнительная литература……..15
7. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И ЗАЯВЛЕННЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ……..…18
8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ……....18
9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ……...19
10. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ……..20

Аннотация

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к базовой части Б1.Б.23 по направлению подготовки 21.03.02 «Землеустройство и кадастры», направленность (профиль): «Городской кадастр».

Дисциплина реализуется в институте землеустройства, кадастров и природообустройства кафедрой физической культуры

В результате освоения дисциплины должны быть сформированы следующие компетенции:

ОК-8. Способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни, влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепления здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек, способы контроля и оценки физического развития, физической подготовленности; правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.

уметь:

- использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни;

владеть:

-двигательными навыками в области физической культуры и спорта;

компетенции:

Преподавание дисциплины предусматривает следующие способы организации учебного процесса: теоретические, самостоятельные занятия.

Программой дисциплины предусмотрены следующие виды контроля текущей успеваемости: в форме тестирования физической подготовленности.

Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет 2 зачетных единиц, 72 часа. Программой дисциплины предусмотрено: контактная работа – 50 часов, из которых лекционные – 16 часа, практические -34 часа; самостоятельная работа - 22 часа.

1.Требования к дисциплине

1.1. Внешние и внутренние требования

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к дисциплинам базовой части Б1.Б.23. Согласно учебному плану по направлению подготовки 21.03.02 «Землеустройство и кадастры», направленность (профиль): «Городской кадастр» предусматриваются следующие формы организации учебного процесса: теоретические, практические, самостоятельные занятия, промежуточная аттестация - зачет. На изучение дисциплины отводится 72 часа: контактная работа – 50 часов, из которых лекционные – 16 часа, практические -34 часа; самостоятельная работа - 22 часа.

1.2. Место дисциплины в учебном процессе

Физическая культура выступает как интегральное качество личности, как условие и предпосылка эффективной учебно - профессиональной деятельности, как обобщенный показатель профессиональный культуры будущего специалиста и как цель саморазвития и самосовершенствования. Она характеризует свободное, сознательное самоопределение личности, которая на разных этапах жизненного развития из множества ценностей избирает, осваивает те, которые для неё наиболее значимы.

Знания, полученные по дисциплине «Физическая культура и спорт», непосредственно используются при изучении дисциплин: Элективные курсы по физической культуре и спорту.

2. Цели и задачи и задачи дисциплины. Компетенции, формируемые в результате освоения

Целью дисциплины «Физическая культура и спорт» является освоение студентами практических знаний, приобретение умений, навыков в области физической культуры для формирования 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.

Задачи дисциплины:

В результате изучения дисциплины студент должен:

знать:

- научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни, влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепления здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек, способы контроля и оценки физического развития, физической подготовленности; правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности;

уметь:

- использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни;

владеть:

-двигательными навыками в области физической культуры и спорта;

Реализация в дисциплине «Физическая культура и спорт» согласно требований ФГОС ВО, ОПОП ВО и Учебного плана по направлению подготовки 21.03.02 «Землеустройство и кадастры», направленность (профиль): «Городской кадастр» должна формировать следующие компетенции:

ОК-8 Способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

3. Организационно-методические данные дисциплины

Таблица 1

Распределение трудоемкости дисциплины по видам работ по семестрам

Вид учебной работы			Трудоемкость							
	зач. ед.	час.	по семестрам							
			№1	№2	№3	№4	№5	№6	№7	№8
Общая трудоемкость дисциплины по учебному плану	**2,0**	**72**	**72**							
Контактная работа	**1,4**	**50**	**50**							
в том числе:										
Лекции (Л)	0,45	16	16							
Практические занятия (ПЗ)	0,95	34	34							
Семинары (С)										
Лабораторные работы (ЛР)										
Самостоятельная работа (СРС)	**0,6**	**22**	22							
самостоятельное изучение тем и разделов, в том числе	0,5	18	18							
Подготовиться к устному опросу по теме	0,1	4	4							
Подготовка к зачету	-	-	-							
Вид контроля		**зачет**	**зачет**							

4. Структура и содержание дисциплины

4.1. Структура дисциплины

Таблица 2

Тематический план

№	Раздел дисциплины	Всего часов	В том числе			Формы контроля
			лекции	ПЗ/С	СРС	
1.	Раздел 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	72	16	34	22	Опрос Зачет Тестирование уровня физической подготовки
	ИТОГО 72					

4.2. Трудоёмкость модулей и модульных единиц дисциплины

Таблица 3

Трудоемкость модулей и модульных единиц дисциплины

Наименование модулей и модульных единиц дисциплины	Всего часов на модуль	Контактная работа		Внеаудиторная работа (СРС)
		Л	ЛЗ/ПЗ/С	
Модуль 1 Теория физической культуры и спорта	**72**	**16**	**34**	**22**
Модульная единица 1.1 Основы теории и методики физической культуры	57	12	34	11
Модульная единица 1.2 Профилактика зависимого поведения средствами физической культуры	15	4	-	11
Итого	72	16	34	22

4.3. Содержание модулей дисциплины

Раздел 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов

Модульная единица 1.1 Основы теории и методики физической культуры

Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов

Цель и задачи физического воспитания

Основные понятия, термины физической культуры

Виды физической культуры

Социальная роль, функции физической культуры и спорта

Физическая культура личности студента

Программно-нормативные основы учебной дисциплины, организация учебной работы

Организационно-правовые основы физической культуры и спорта

Тема 2. Социально-биологические основы физической культуры

Организм как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся система

Основные анатомо-морфологические понятия:

Опорно-двигательный аппарат;

Кровь. Кровеносная система;

Дыхательная система;

Нервная система;

Эндокринная и сенсорная системы.

Функциональные изменения в организме при физических нагрузках.

Внешняя среда. Природные и социально-экологические факторы и их воздействие на организм.

Тема 3. Физическая культура и умственный труд. регулирование работоспособности

Понятие «производственная физическая культура»: её цели и задачи.

Методические основы производственной физичкой культуры.

Методика составления комплексов в различных видах производственной гимнастики и определение их места в течение рабочего дня.

Физическая культура и спорт специалиста в свободное от работы время.

Краткие занятия физическими упражнениями в обеденный перерыв.

Физкультурно-спортивные занятия для активного отдыха и повышения функциональных возможностей.

Самостоятельные физкультурные занятия и спортивная тренировка.

Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.

Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов.

Тема 4. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями

Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий.

Оптимальная двигательная активность и ее воздействие на здоровье и работоспособность.

Формирование мотивов и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Формы и содержание самостоятельных занятий.

Возрастные особенности содержания занятий. Особенности самостоятельных занятий для женщин.

Гигиенические требования при проведении занятий.

Модульная единица 1.2 Профилактика зависимого поведения средствами физической культуры

Тема 5. Основы здорового образа жизни и роль физической культуры

Основы здорового образа и стиля жизни студента.

Факторы, влияющие на образ жизни человека.

Понятие здоровья. Факторы, ухудшающие здоровье.

Роль физических упражнений как средства укрепления здоровья.

Алкогольная зависимость. Табачная зависимость. Пищевая зависимость. Наркотическая зависимость.

Раздел 2. Средства физической культуры в регулировании работоспособности

Модульная единица 1.1 Основы теории и методики физической культуры

«Малые формы» физической культуры в режиме учебного труда студентов: утренняя гигиеническая гимнастика, физкультурная пауза, физкультминутки, микропаузы активного отдыха.

Средства производственной физической культуры и профессионально-прикладной физической культуры.

Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами

физической культуры.

Раздел 3. Самостоятельные занятия студентов физической культурой и спортом

Модульная единица 1.1 Основы теории и методики физической культуры

«Малые формы» физической культуры в режиме учебного труда студентов: утренняя гигиеническая гимнастика, физкультурная пауза, физкультминутки, микропаузы активного отдыха.

Средства производственной физической культуры и профессионально-прикладной физической культуры.

Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.

Таблица 4

Содержание лекционного курса

№ п/п	№ модуля и модульной единицы дисциплины	№ и тема лекции	Вид[1] контрольного мероприятия	Кол-во часов
1.	**Модуль 1. Теория физической культуры и спорта**		опрос	**16**
	Модульная единица 1.1.Основы теории и методики физической культуры	Лекция №1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	опрос	2
		Лекция №2. Социально-биологические основы физической культуры. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности.	опрос	2
		Лекция №3. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья	опрос	2
		Лекция №4. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Самоконтроль занимающихся студентов физическими упражнениями и спортом.	опрос	2
		Лекция №5. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов.	опрос	2
		Лекция №6. История становления и развития Олимпийского движения. Универсиады. История комплексов ГТО и БГТО. Новый Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс.	опрос	2
	Модульная единица 1.2 Профилактика зависимого поведения средствами физической культуры	Лекция №7. Алкогольная зависимость. Табачная зависимость	опрос	2
		Лекция №8. Пищевая зависимость. Наркотическая зависимость	опрос	2
	ИТОГО			16

[1] **Вид мероприятия:** тестирование, коллоквиум, зачет, экзамен, другое

4.4. Лабораторные/практические/семинарские занятия

Таблица 5

Содержание
занятий и контрольных мероприятий

№ п/п	№ модуля и модульной единицы дисциплины	№ и название лабораторных/ практических занятий с указанием контрольных мероприятий	Вид[2] контрольного мероприятия	Кол-во часов
1	**Модульная единица 1.1**.Основы теории и методики физической культуры	**Занятие 1.** Техника безопасности во время занятий физической культурой.	Журнал ТБ	2
		Занятие 2-3. Методические основы производственной физичкой культуры.	Журнал, опрос	4
		Занятие 4-5. Методика составления комплексов в различных видах производственной гимнастики и определение их места в течение рабочего дня. Физическая культура и спорт специалиста в свободное от работы время.	Журнал, опрос	4
		Занятие 6-7. Малые / Краткие занятия физическими упражнениями в обеденный перерыв. Физкультурно-спортивные занятия для активного отдыха и повышения функциональных возможностей.	Журнал, опрос	4
		Занятие 8-9. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.	Журнал, опрос	4
		Занятие 10-11. Самостоятельные физкультурные занятия и спортивная тренировка.	Журнал, опрос	4
		Занятие 12-13. Оптимальная двигательная активность и ее воздействие на здоровье и работоспособность.	Журнал, опрос	4
		Занятие 14-15. Формирование мотивов и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями.	Журнал, опрос	4
		Занятие 16-17. Формы и содержание самостоятельных занятий. Возрастные особенности содержания занятий.	Журнал, опрос	4
	ИТОГО			34

[2] **Вид мероприятия**: защита, тестирование, коллоквиум, другое

4.5. Самостоятельное изучение разделов дисциплины и виды самоподготовки к текущему контролю знаний

4.5.1. Перечень вопросов для самостоятельного изучения и видов самоподготовки к текущему контролю знаний

Таблица 6

Перечень вопросов для самостоятельного изучения и видов самоподготовки к текущему контролю знаний

№п/п	№ модуля и модульной единицы	Перечень рассматриваемых вопросов для самостоятельного изучения и видов самоподготовки к текущему контролю знаний	Кол-во часов
	Модуль 1		**22**
1	**Модульная единица 1.1**. Основы теории и методики физической культуры	Подготовиться к устному опросу по теме: «Деятельная сущность физкультуры в сфере учебного профессионального труда - основные положения физического воспитания в вузе»	2
		Подготовиться к устному опросу по теме: «Природные и социально-экологические факторы, их воздействие на организм и жизнедеятельность» Самостоятельно отработать тему «Средство физической культуры в совершенствовании организма, обеспечении его устойчивости физической и умственной деятельности»	2
		Самостоятельно отработать тему: «Влияние образа жизни и условий окружающей среды на здоровье; способы регуляции образа жизни» Рассчитайте свой суточный расход энергии. Сбалансируйте потребление основных источников энергии с суточным расходом. Подготовка к практическим занятиям включает знакомство с литературой и источниками по теме.	2
		Подготовиться к устному опросу по теме: «изменение состояния организма студента под влиянием различных режимов и условий обучения»; Самостоятельно отработать тему: «Средства физической культуры в регулировании психоэмоционального и функционального состояния студентов в период экзаменационной сессии; объективные и субъективные признаки усталости, утомление и переутомление, их причины и профилактика».	2
		Подготовиться к устному опросу по теме «формы самостоятельных занятий, содержание самостоятельных занятий»	2
		Изучить: классификацию видов спорта, особенности занятий избранным видом спорта, требования спортивной классификации и правил соревнований по избранному виду спорта, систему студенческих спортивных соревнований. Подготовка к тестированию – работа с учебной литературой.	4
		Провести самостоятельно тестирование двигательных ка-	2

№п/п	№ модуля и модульной единицы	Перечень рассматриваемых вопросов для самостоятельного изучения и видов самоподготовки к текущему контролю знаний	Кол-во часов
		честв и способностей, оценить свое физическое развитие, разработать комплекс гимнастических упражнений.	
		Составить комплекс физических упражнений для своего трудового вида деятельности. Рассчитать энергетические затраты для суток, недели, месяца и года работы.	2
2	**Модульная единица 1.2** Профилактика зависимого поведения средствами физической культуры	Проанализировать литературу, выбрать темы рефератов, подобрать список литературы к реферату	2
		Проанализировать факторы, способствующие возникновению и развитию зависимости. Подготовиться к тестированию.	2
	ВСЕГО		**22**

4.5.2. Курсовые проекты (работы)/ контрольные работы/ расчетно-графические работы/ учебно-исследовательские работы

Таблица 7

п/п	**Темы курсовых проектов (работ)**	**Рекомендуемая литература (номер источника в соответствии с прилагаемым списком)**

Курсовые проекты (работы)/ контрольные работы/ расчетно-графические работы/ учебно-исследовательские работы учебным планом не предусмотрены

Таблица 9

КАРТА ОБЕСПЕЧЕННОСТИ ЛИТЕРАТУРОЙ

Кафедра **физической культуры.** Направление подготовки 21.03.02 «Землеустройство и кадастры», направленность (профиль): «Городской кадастр». Дисциплина: физическая культура и спорт

Общая трудоемкость дисциплины: **72** час: лекции 16 час.; практические занятия -34 часа;

КП (КР)_____ час.; СРС - 22 часа.

Вид занятий	Наименование	Авторы	Издательство	Год издания	Вид издания		Место хранения		Необходимое количество экз.	Количество экз. в вузе
					Печ.	Элект.	Библ.	Каф.		
1	2	3	4	6	7	8	9	10	11	12
Основная литература										
Физическая культура	1.Физическая культура студентов СМГ в вузе уч. пособие 2.Основы техники бега на короткие, средние и длинные дистанции; метод указания	Л.Н.Калинина Н.М. Сапрутько Л.А. Бартновская Л.Н.Калинина Л.В. Кумм О.А.Куличихин	КрасГАУ КрасГАУ	2011 2012	Печ. Печ.	+ +	КГАУ КГАУ			50 2
Дополнительная литература										
Физическая культура	1. Основы здорового образа жизни человека: Учебное пособие 2. Основы лыжной подготовки в вузе: учебное пособие. группы в вузе: учеб. Пособие	Н.В. Кригер И.Н. Полиенко С.А. Бондарева, Л.Н.Калинина	КрасГАУ КрасГАУ	2004 2011	Печ. Печ. .	+ +	КГАУ КГАУ			80 55

Зав. библиотекой Зорина Р.А. Председатель МК института Виноградова Л.И. Зав. кафедрой Шубин Д.А.

5. Взаимосвязь видов учебных занятий

Взаимосвязь учебного материала лекций, практических и самостоятельных работ с тестовыми/экзаменационными вопросами и формируемыми компетенциями представлены в таблице 8.

Таблица 8

Взаимосвязь компетенций с учебным материалом и контролем знаний студентов

Компетенции	Лекции	Практические занятия	СРС	Вид контроля
ОК-8	Л 1-8	ПЗ 1-17	М Е .1.1-М.Е. 1.2	Опрос Тестирование

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1. Основная литература.

1. Ильинич В.И. Физическая культура студента: Учебник для студентов высших учебных заведений / Под общей редакцией В.И. Ильинича. М.: Гардарики, 2009;

2. Туманян Г.С. Здоровый образ жизни и физическое совершенствование: учеб. пособие для студентов высших учебных заведений/ Г.С. Туманян. - М.: Издательский центр «Академия», 2006;

3. Кригер Н.В. Основы здорового образа жизни человека: Учебное пособие / Н.В. Кригер. – Красноярск; Краснояр.гос.аграр.ун-т. - Кр-ск, 2011;

4. Бондарева С.А. Меры безопасности и требования гигиены на занятиях физическими упражнениями и спортом: Метод. указания / С.А. Бондарева. -Крас.гос.аграр.ун-т. - Красноярск, 2007.

6.2. Дополнительная литература.

1. Григоревич В.В. Всеобщая история физической культуры и спорта (текст): учебное пособие/ В.В. Григоревич. - М.; Советский спорт, 2008;

2. Грецов А.Г. Методика профилактики табакокурения в подростковых и молодежных группах. / Методическое пособие. Под общей редакцией проф. Евсеева С.П. – СПб., СПбНИИ физической культуры, 2008;

3. Грецов А.Г. Психологический тренинг в профилактике наркозависимости подростков и молодежи в спорте, образовании, клубной работе./ Учебное пособие. Под общей редакцией проф. Евсеева С.П. -СПб., СПбНИИ физической культуры, 2007;

4..Васильков А.А. Теория и методика физического воспитания: учебник/А.А. Васильков. – Ростов н/Дону: Феникс, 2008.-381 с.; ил. – (Высшее образование);

5.Калинина Л.Н. Физическая культура студентов специальной медицинской группы в вузе: учеб. пособие/Л.Н. Калинина, Н.М. Сапрутько, Л.А. Бартновская; Краснояр.гос.аграр. ун-т. – Красноярск, 2011;

6. Полиенко И.Н. Основы лыжной подготовки в вузе: учебное пособие/

И.Н. Полиенко, С.А. Бондарева, Л.Н. Калинина; Краснояр.гос.аграр.ун-т.- Красноярск, 2011;

7. Одегова А.А. Лечебная физическая культура для студентов специальной медицинской группы: метод. указания/ А.А. Одегова; Краснояр. гос.аграр. ун-т. –Красноярск, 2010;

8. Калинина Л.Н. Основы техники бега на короткие, средние и длинные дистанции: метод. указания / Л.Н. Калинина, Л.В. Кумм, О.А.Куличихин; Краснояр.гос.аграр.ун.-т. – Красноярск, 2012;

9. Физическая культура, обучение и здоровье: основы самостоятельной тренировки студентов вузов: учеб. пособие. – СПб.; СПбГУП.- 2008;

10. Федотов Ю.Н. Спортивно-оздоровительный туризм (Текст): учебник/ Ю.Н. Федотов, И.Е. Востоков; под редакцией В.А. Таймазова, Ю.Н. Федотова изд., испр. и доп. – М.; Советский спорт, 2008;

11. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: пособие для студентов высш.учеб. заведений / Н.Ж. Булгакова. – М.; Издат. центр «Академия», 2008;

12. Виленский М.Я., Горшков А.Г. Физическая культура и здоровый образ жизни студента. – М.; Издательство: Гардарики, 2013;

13. Смыкалов С.И. Мини-футбол: учебно-методическое пособие/ С.И. Смыкалов, Л.Н. Калинина, В.Г. Бугаев; Краснояр.гос.аграр.ун-т. – Красноярск, 2007;

14. Евсеев С.П. Формирование двигательных действий с помощью тренажеров / С.П. Евсеев. – М.; Физкультура и спорт, 2006.

6.3. Методические указания, рекомендации и другие материалы к занятиям

Электронная информационно-образовательная среда ФГБОУ ВО Красноярский ГАУ на платформе LMS Moodle - https://e.kgau.ru/ (https://e.kgau.ru/course/view.php?id=1625, https://e.kgau.ru/course/view.php?id=5961)

· Научная библиотека Красноярский ГАУ - http://www.kgau.ru/new/biblioteka/

· Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU - http://elibrary.ru/ · СПС «КонсультантПлюс» - http://www.consultant.ru/

· Электронно-библиотечная система «Лань» - https://e.lanbook. com · Электронная библиотечная система «Юрайт» - http://www.biblio-online.ru/ · Сайт Министерства сельского хозяйства РФ - http://mcx.ru/

· Министерство сельского хозяйства Красноярского края - http://krasagro.ru/

· Информационно- поисковые системы:

- Google http://www.google.com
- Yandex http://www.yandex.ru
- Rambler http://www.rambler.ru

6.4. Программное обеспечение

Обучающимся и преподавателям доступны рабочие станции с установленным программным обеспечением, которое позволяет работать с текстами, профессиональными справочно-правовыми системами и иными электронными ресурсами. Наименование программного обеспечения и его назначение представлено в таблице 9.

Таблица 9

Наименование программного обеспечения и его назначение

№ п/п	Наименование, версия ПО	Назначение	Лицензия	Количество
1	Windows 7 Professional and Professional K with Service Pack 1	Учебное	Розничный ключ DreamSpark ID=1049	500
2	Windows Vista Business N	Учебное	Розничный ключ DreamSpark	500
3	Office 2007 Russian OpenLicensePask NoLevI	Учебное	Лицензия Microsoft №44937729	90
4	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса-Стандартный Russian Edition. 1000-1499 Node 2 year Ediucational License	Учебное	Лицензия № 1B08-151127-042715 До 11.12.2017	1
5	ABBYY FineReader 10 Corporate Edition. Одна именная лицензия Per Seat (при заказе пакета 26-50 лицензий)	Учебное	ID: 137576 Серийный номер: FCRC-1100-1002-2465-8755-4238 От 22.02.2012	30
6	Nero 10 Licenses Standard GOV/AcademicEdition/Non-profit Full Package 10-19 seats	Учебное	Серийный номер: 7X03-10C1-1L6K-W4T8-AX4U-WXK6-0UK7-P166 От 01.06.2012	15

7. Критерии оценки знаний, умений, навыков и заявленных компетенций

Виды текущего контроля: устный опрос.

Промежуточный контроль: зачет в форме тестирования.

Студенты направления подготовки 21.03.02 «Землеустройство и кадастры», направленность (профиль): «Городской кадастр» обучаются по модульно-рейтинговой системе. Один раз за семестр проводится промежуточная аттестация.

По результатам текущей работы по дисциплине в течение семестра студент должен набрать от 60 баллов. Студент может получить зачет автоматически если он в течение семестра набрал 60 баллов.

Таблица 9

Рейтинг-план дисциплины по физической культуре и спорта

Дисциплинарные модули	Количество академических часов						Рейтинговый бал за один семестр
	Семестры						
	1	2	3	4	5	6	
Модуль 1.	72						100
Итого	**72**						**100**

Таблица 10

Распределение баллов по модулям

№	**Модули**			Баллы по видам работы в 1-ом семестре		Итого
		Текущая работа	опрос	Участие в физкультурно-массовых мероприятиях	Участие в спортивных соревнованиях	
1	Модуль 1	50	30	10	10	100
3	**Итого**	**50**	**30**	**10**	**10**	100

Промежуточная аттестация по результатам семестра по дисциплине проходит в форме зачета.

Студент, не набравший нужное количество баллов для итоговой оценки «зачтено», считается неуспевающим по данной дисциплине. Повторная аттестация осуществляется в дни ликвидации задолженностей по утвержденному расписанию.

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Спортивный зал, по адресу: ул. Академика Киренского, 2, площадью 131 м2.

Открытые спортивные площадки на земельном участке по адресу: ул. Академика Киренского, 2; ул. Академика Киренского, 2, строение 1, кадастровый номер 24:50:0100414:1084, площадью 1800 м2.

Открытые спортивные площадки на земельном участке по адресу: ул. Елены Стасовой, 37, 38, 42, 42, 42а, 44, 44а, 44г, 44д, 46, 46а, 46г, 48, кадастровый номер 24:50:0000000:257; площадью 6400м2.

Открытые спортивные площадки используются для игры в футбол, волейбол, а в зимний период для ходьбы на лыжах и коньках.

На открытых спортивных площадках по адресу ул. Елены Стасовой, 37, 38, 42, 42, 42а, 44, 44а, 44г, 44д, 46, 46а, 46г, 48, кадастровый номер 24:50:0000000:257 расположены:

турник уличный, брусья уличные, ворота футбольные, сетки для футбольных ворот.

Хоккейная коробка для игры в хоккей и конькобежного спорта; футбольное поле для игры в футбол.

Оборудование и инвентарь спортивного зала: стенка гимнастическая; гимнастические скамейки; перекладина навесная универсальная, гимнастические скамейки, кольца баскетбольные, щиты баскетбольные, рамы для выноса баскетбольного щита, сетки баскетбольные, мячи б/больные, стойки волейбольные, защита на в/больные стойки, антенны волейбольные с карманами, в/больные мячи.

Спортивный инвентарь кафедры: тренажеры для занятий атлетической гимнастикой, маты гимнастические, канат для лазания, канат для перетягивания, борцовский ковер, скакалки, палки гимнастические, мячи для метания, гантели (разные), гири - 16, 24, 32 кг, секундомеры, весы напольные, ростомер, динамометры, приборы для измерения давления; мячи мини-футбола, стартовые флажки, флажки красные и белые, палочки эстафетные, гранаты для метания, нагрудные номера, тумбы «Старт-Финиш», рулетка металлическая, мерный шнур, секундомеры, мячи футбольные, сетка для переноса мячей, лыжи беговые, ботинки лыжные, палки, санки рулевые и «плюшки» для катания с гор, палки для скандинавской ходьбы, коньки с ботинками, электрозаточка для коньков.

9. Методические рекомендации для обучающихся по освоению дисциплины

Студенты должны пройти врачебные обследования, которые осуществляются в начале учебного года. Первичное медицинское обследование на первом курсе и повторное - на втором и третьем курсах.

Обязательно дополнительные врачебные обследования перед спортивными соревнованиями, после перенесенных заболеваний, травм или длительных перерывов в занятиях физическими упражнениями.

Студенты, не прошедшие медицинское обследование, к практическим учебным занятиям по учебной дисциплине не допускаются.

При освоении дисциплины важно организовать контроль за состоянием здоровья студента в процессе учебно-тренировочных занятий, за санитарно-гигиеническими условиями и состоянием мест занятий, за соблюдением гигиенических требований (одежда, обувь, режим питания, сна и т.д.), а также профилактика травматизма.

Для инвалидов и лиц с ОВЗ устанавливается особый порядок освоения дисциплины (модулей) с учетом состояния здоровья студентов (http://www.kgau.ru/new/all/uvr/uvr/pol_io.pdf).

Лекционные занятия составляют основу теоретического обучения и дают систематизированные основы знаний по дисциплине, раскрывают состояние и перспективы развития соответствующей области науки, концентрируют внимание обучающихся на наиболее проблемных вопросах темы,

стимулируют познавательную деятельность студентов и способствуют развитию их творческого мышления.

Главная задача лекционного курса – сформировать у обучающихся системное представление об изучаемом предмете, обеспечить усвоение будущими специалистами основополагающего учебного материала, принципов и закономерностей развития соответствующей научно-практической области, а также методов применения полученных знаний, умений и навыков.

Самостоятельная работа может быть успешной при определенных условиях, которые необходимо организовать. СРС под руководством преподавателя представляет собой вид занятий, в ходе которых студент, руководствуясь методической и специальной литературой, а также указаниями преподавателя, самостоятельно выполняет учебное задание, приобретая и совершенствуя при этом знания, умения и навыки практической деятельности. При этом взаимодействие студента и преподавателя приобретает вид сотрудничества: студент получает непосредственные указания преподавателя об организации своей самостоятельной деятельности, а преподаватель выполняет функцию руководства через консультации и контроль.

10. Образовательные технологии

Таблица 10

Образовательные технологии

Название дисциплины или отдельных тем	Вид занятия	Используемые образовательные технологии	Часы
Модуль 1	**ТО**	**Лекция-презентация** «Использование современные образовательные технологии при занятиях физической культурой»	**4 / 2**
Модуль 1	**ТО**	**1. Здоровье-сберегающая технология.** Формирование осознанной потребности в здоровом образе жизни, повышение интереса к регулярным занятиям физической культурой, снижение заболеваний.	**6 / 2**
Модуль 1	**ТО**	**2. Игровая технология**. Активизация и совершенствование основных психических процессов, лежащих в основе двигательной.	**6 / 2**
Модуль 1	**ТО**	**3.Информационно-коммуникационная технология.** Повышение качества образования через использование информационных технологий на занятиях и в свободное от занятий время наряду с традиционными формами обучения.	**6 / 2**
Модуль 1	**ТО**	**4.Технология уровневой дифференциации**. Виды дифференциации: 1) по полу (мужские, женские группы, смешанные команды); 2) по области интересов (спортивные игры, л/атлетика, атлетическая гимнастика, лыжный спорт, и т. д.); 3) по уровню здоровья; 4) уровню спортивно-технического мастерства.	**6 / 2**

Модуль 1	**ТО**	**5. Соревновательная технология.** Стимулирование максимального проявления двигательных способностей, повышение мотивации к изучению предмета, инструмент для формирования сборной команды вуза по видам спорта	**6 / 2**
Всего	**ТО**	**5**	**34**
Из них в интерактивной форме			**12**

ПРОТОКОЛ ИЗМЕНЕНИЙ РПД

Дата	Раздел	Изменения	Комментарии
25.03.2021 г.	6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	на 2021-2022 уч. год обновлен перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения; перечень учебных и учебно-методических изданий, электронных образовательных ресурсов	Изменения рассмотрены на заседании методической комиссии ИЗКиП протокол № 7 от 25.03.2021 г.

Программу разработали:
Иванова Т.С., к.т.н., доцент, Денискин В.В., к.п.н., доцент

ПРОТОКОЛ ИЗМЕНЕНИЙ РПД

Дата	Раздел	Изменения	Комментарии
23.03.2022 г.	6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	на 2022-2023 уч. год обновлен перечень ресурсов информационно телекоммуникационной сети «Интернет» и лицензионного обеспечения свободного распространяемого ПО	Изменения рассмотрены на заседании методической комиссии ИЗКиП протокол № 9 от 23.03.2022 г.

Программу разработали:
Иванова Т.С., к.т.н., доцент, Денискин В.В., к.п.н., доцент

ПРОТОКОЛ ИЗМЕНЕНИЙ РПД

Дата	Раздел	Изменения	Комментарии
20.03.2023 г.	6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	на 2023-2024 уч. год обновлен перечень ресурсов информационно телекоммуникационной сети «Интернет» и лицензионного обеспечения свободного распространяемого ПО	Изменения рассмотрены на заседании методической комиссии ИЗКиП протокол № 9 от 20.03.2023 г.

Программу разработали:
Иванова Т.С., к.т.н., доцент, Денискин В.В., к.п.н., доцент

РЕЦЕНЗИЯ

На рабочую программу по дисциплине «Физическая культура и спорт» для подготовки бакалавров по направлению подготовки 21.03.02 «Землеустройство и кадастры», направленность (профиль): «Городской кадастр». Разработанную доцентом кафедры физической культуры ФГБОУ ВО КрасноярскогоГАУ Ивановой Т.С., Денискиным В.В.

Представленная на рецензирование рабочая программа по дисциплине «Физическая культура и спорт» разработана в соответствии с требованиями ФГОС ВО и включает в себя: требования к дисциплине, цели задачи дисциплины, ее структуру и содержание, учебно-методическое и информационное обеспечение.

Дисциплина «Физическая культура и спорт» является вариативной частью дисциплин по направлению подготовки 21.03.02 «Землеустройство и кадастры», направленность (профиль): «Городской кадастр». Физическая культура играет важную роль в обеспечении здоровья студенческой молодежи и привлечения ее к здоровому образу жизни для дальнейшей полноценной социальной и профессиональной деятельности. В программу включены модули по теоретическому разделу и самостоятельной работе студентов. В полном объеме представлена необходимая литература: основная и дополнительная.

В рабочей программе приведены критерии оценки знаний, умений, навыков и компетенций, приобретаемых в ходе изучения дисциплины, путем применения балльно - рейтинговой системы оценки знаний. В целом, рабочая программа по дисциплине «Физическая культура и спорт» для подготовки бакалавров по направлению подготовки 21.03.02 «Землеустройство и кадастры», направленность (профиль): «Городской кадастр», отвечает требованиям, предъявляемым к подобного рода разработкам, и рекомендуется для использования в учебном процессе.

ОБЩИЙ ОТДЕЛ

Рецензент: доцент кафедры
Физической культуры ИФКС и ТСФУ Юманов Н.А.