

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:

ФИО: Соловьев Дмитрий Александрович

Должность: ректор ФГБОУ ВО Вавиловский университет

Дата подписания: 17.04.2025 10:14:22

Уникальный программный ключ:
528682d78e671e58bab0781fe1ba2172




МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Саратовский государственный аграрный университет
имени Н. И. Вавилова»**

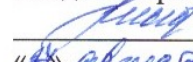
СОГЛАСОВАНО

Заведующий кафедрой


«август» 2019 г.

УТВЕРЖДАЮ

И.о.декана факультета

 /Шьюрова Н.А./
«август» 2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Дисциплина	ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА
Направление подготовки	05.03.06 Экология и природопользование
Направленность (профиль)	Экология
Квалификация выпускника	Бакалавр
Нормативный срок обучения	4 года
Форма обучения	Очная

Разработчик(и): *доцент, Беглов М.В.*



(подпись)

ст. преподаватель, Пяткина Н.А.



(подпись)

Саратов 2019

1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Общая физическая подготовка» является у обучающихся формирование способности методически обоснованно и целенаправленно использовать разнообразные средства, методы и организационные формы физической культуры, для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

В соответствии с учебным планом по направлению подготовки 05.03.06 Экология и природопользование (профиль) «Экология», дисциплина «Общая физическая подготовка» относится к дисциплинам по выбору вариативной части Блока 1.

Для изучения данной дисциплины необходимы знания, умения и навыки, формируемые предшествующими дисциплинами: «Физическая культура и спорт».

Дисциплина «Общая физическая подготовка» является базовой для изучения дисциплин, практик: последующие дисциплины, практики отсутствуют.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП ВО

Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся компетенции, представленной в таблице 1.

Требование к результатам освоения дисциплины

Таблица 1

№ п/п	Код компетенции	Содержание компетенции (или ее части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны:		
			знать	уметь	владеть
1	2	3	4	5	6
1.	ОК-8	способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	социально-биологические основы физической культуры; основы здорового образа и стиля жизни; виды общедоступного и профессионального спорта; влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и	применять систему знаний, практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств; различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях; выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной	практическим и навыками и методами основы физической культуры и здорового образа жизни. Навыками организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и участия в массовых

			вредных привычек; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности	физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетической гимнастики; осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой	спортивных соревнования х
--	--	--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------

4. Объем, структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 часов.

Таблица 2

Объем дисциплины

	Количество часов								
	Всего	в т.ч. по семестрам							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа – всего, в т.ч.	328	-	68	24	76	34	66	34	26
<i>аудиторная работа:</i>	328	-	68	24	76	34	66	34	26
лекции	-	-	-	-	-	-	-	-	-
лабораторные	-	-	-	-	-	-	-	-	-
практические	328	-	68	24	76	34	66	34	26
<i>промежуточная аттестация</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<i>контроль</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Самостоятельная работа	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Форма итогового контроля	-	-	зач.	зач.	зач.	зач.	зач.	зач.	зач.
Курсовой проект (работа)	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Таблица 3

Структура и содержание дисциплины

№ п/п	Тема занятия. Содержание	Неделя семестра	Контактная работа			Самостоятель ная работа	Контроль знаний	
			Вид занятия	Форма проведения	Количество часов		Количество часов	Вид
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
2 семестр								

1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	Основы техники безопасности на занятиях различными видами спорта Мониторинг функционального состояния организма.	1	ПЗ	В	2	-	ВК	Т
2.	Лыжная подготовка: -обучение и совершенствование попеременному двухшажному ходу -обучение и совершенствование одновременному бесшажному ходу	1-3	ПЗ	Т	10	-	ТК	Д
3.	Стрельба из пневматической винтовки: - заряджение и разряжение стрелкового оружия - отработка стабильности прицеливания - изготовка к стрельбе из различных положений - изучение приёмов стрельбы	4-17	ПЗ	Т	4	-	ТК	Д
4.	Спортивные игры: волейбол - обучение и совершенствование передачи сверху - обучение и совершенствование передачи сверху в парах на удержание мяча - обучение и совершенствование передачи снизу - обучение и совершенствование нижней передачи над собой	4-17	ПЗ	Т	8	-	ТК	Д
5.	Спортивные игры: баскетбол - обучение основным элементам техники баскетбола - обучение технике владения мячом (занятие.№1) - обучение технике владения мячом» (занятие.№2)	4-17	ПЗ	Т	10	-	ТК	Д
6.	Плавание: - обучение различным вариантам удержания тела на воде - обучение технике работы ног кролем на груди, держась за бортик - - обучение технике работы рук при плавании кролем на груди, стоя в воде	4-17	ПЗ	Т	10	-	ТК	Д
7.	Гимнастика: -совершенствование выполнения акробатических упражнений: кувырки, стойки, мост - построение гимнастического комплекса с элементами выполнения: кувырки вперёд, назад, колесо, стойки - упражнения на брусьях: техника выполнения, методика обучения, страховка и помощь	4-17	ПЗ	Т	6	-	ТК	Д
8.	Легкая атлетика: - обучение и совершенствование технике бега	4-17	ПЗ	Т	10	-	ТК	Д

1	2	3	4	5	6	7	8	9
	- обучение и совершенствование технике прыжка в длину с места - обучение и совершенствование технике бега на короткие дистанции - обучение и совершенствование технике низкого старта - совершенствование скоростно-силовых качеств в беге на короткие дистанции							
9.	Тесты физического контроля по изученным видам	5,10,16	ПЗ	Т	6		РК	Т
10.	Проведение комплексов физкультурминут, подвижных игр в своей учебной группе.	18 3/6	ПЗ	РИ	2	-	ТК	Д
11.	Выходной контроль - проведение комплекса упражнений на развитие ловкости, координации -выполнение контрольных тестов по физической подготовке					-	ВыхК	З
12.	Итого за 2 семестр:				68	-		
3 семестр								
13.	Основы техники безопасности на занятиях различными видами спорта Мониторинг функционального состояния организма.	1	ПЗ	В	2	-	ВК	Т
14.	Легкая атлетика: обучение и совершенствование технике низкого старта - совершенствование скоростно-силовых качеств в беге на короткие дистанции - освоение тренировочных программ и методов подготовки для начинающих бегунов	2-4	ПЗ	Т	6	-	ТК	Д
15.	Гимнастика: - упражнения на перекладине - техника выполнения ,методика обучения, страховка и помощь - акробатика - комплекс упражнений для развития подвижности опорно -двигательного аппарата (метод круговой тренировки) - составление и проведение вольных упражнений из ранее пройденных элементов с предметами и без	5-16	ПЗ	Т	6	-	ТК	Д
16.	Плавание: - обучение поворотам при плавании способом кроль на груди - обучение технике плавания способом брасс - обучение технике подводного плавания - обучение технике работы ног в плавании кролем без помощи рук	5-16	ПЗ	Т	4	-	ТК	Д
17.	Тесты физического контроля по изученным видам	6,11	ПЗ	Т	4	-	РК	Т
18.	Проведение комплекса дыхательной,	17 4/6	ПЗ	РИ	2	-	ТК	Д

1	2	3	4	5	6	7	8	9
	релаксационной гимнастики							
19.	Выходной контроль -проведение комплекса упражнений на развитие скоростно-силовых качеств -выполнение контрольных тестов по физической подготовке	неполная неделя				-	ВыхК	3
20.	Итого за 3 семестр:				24	-		
4 семестр								
21.	Основы техники безопасности на занятиях различными видами спорта Мониторинг функционального состояния организма.	1	ПЗ	В	2	-	ВК	Т
22.	Лыжная подготовка: -обучение и совершенствование торможение плугом Прохождение дистанции 2 км Игры «Эстафета с передачей палок» Прохождение дистанции 3 км -обучение и совершенствование одновременному одношажному ходу	1-5	ПЗ	Т	18	-	ТК	Д
23.	Спортивные игры: волейбол - обучение нападающего удару в прыжке с передачи партнера - обучение и совершенствование защитным действиям при блокировании - обучение и совершенствование тактике подачи и нападения	6-17	ПЗ	Т	16	-	ТК	Д
24.	Баскетбол: - обучение основным элементам техники баскетбола - обучение приемам ведения мяча различными способом	6-17	ПЗ	Т	12	-	ТК	Д
25.	Гимнастика: - низкоударная, высокоударная аэробика; степ-аэробика.; комплексы силовых упражнений без отягощений и с отягощениями; стретчинг. (девушки) - комплекс упражнений для мышц рук; - комплекс упражнений для мышц груди. - комплекс упражнений для мышц живота, спины, ног. (юноши) - комбинированные комплексы.	6-17	ПЗ	Т	10	-	ТК	Д
26.	Легкая атлетика: - совершенствование техники низкого старта - совершенствование техники высокого старта - развитие скоростно-силовых качеств	6-17	ПЗ	Т	10	-	ТК	Д
27.	Тесты физического контроля по изученным видам	8,12,17	ПЗ	Т	6	-	РК	Т
28.	Проведение любой части занятия	18	ПЗ	РИ	2	-	ТК	Д

1	2	3	4	5	6	7	8	9
29.	Выходной контроль - проведение комплекса упражнений на развитие гибкости -выполнение контрольных тестов по физической подготовке	19				-	ВыхК	3
30.	Итого за 4 семестр:				76	-		
5 семестр								
31.	Основы техники безопасности на занятиях различными видами спорта Мониторинг функционального состояния организма.	1	ПЗ	В	2	-	ВК	Т
32.	Легкая атлетика: - совершенствование техники низкого старта - совершенствование техники высокого старта - развитие скоростно-силовых качеств - обучение технике и тактике прохождения дистанции в беге на 500 и 1000 м. - кроссовая подготовка	2-5	ПЗ	Т	8	-	ТК	Д
33.	Баскетбол: - техника защиты- (занятие№2) - техника защиты- (занятие№3) - обучение приёмам техники нападения - основы тактики в баскетболе. Тактика нападения-(занятие№1) - основы тактики в баскетболе. Тактика нападения-(занятие№2)	6-16	ПЗ	Т	10	-	ТК	Д
34.	Плавание: - обучение технике стартового прыжка - упражнения для мышц ног в технике плавания брассом - обучение технике работы ног в плавании кролем на спине без помощи рук - обучение технике работы ног в плавании брассом без помощи рук	6-16	ПЗ	Т	8	-	ТК	Д
35.	Тесты физического контроля по изученным видам	8,15	ПЗ	Т	4	-	РК	Т
36.	Проведение занятия по избранному виду спорта	17 4/6	ПЗ	РИ	2	-	ТК	Д
37.	Выходной контроль -проведение комплекса упражнений на развитие выносливости -выполнение контрольных тестов по физической подготовке	неполная неделя				-	ВыхК	3
38.	Итого за 5 семестр:				34	-		
6 семестр								
39.	Основы техники безопасности на занятиях различными видами спорта Мониторинг функционального тестирования организма.	1	ПЗ	В	2	-	ВК	Т
40.	Лыжная подготовка:	1-3	ПЗ	Т	10	-	ТК	Д

1	2	3	4	5	6	7	8	9
	<p>-обучение и совершенствование подъему в гору скользящим шагом</p> <p>-обучение и совершенствование повороту на месте махом</p> <p>-обучение и совершенствование попеременному четырехшажному ходу</p> <p>-обучение и совершенствование переходу с попеременных ходов на одновременный</p> <p>Прохождение дистанции 5 км без учета времени</p>							
41.	<p>Баскетбол:</p> <p>- основы тактики в баскетболе. Обучение тактическим действиям в защите-(занятие№1)</p> <p>- основы тактики в баскетболе. Обучение тактическим действиям в защите-(занятие№2)</p> <p>- основы тактики в баскетболе. Обучение тактическим действиям в защите-(занятие№3)</p> <p>- формирование тактического мышления баскетболистов</p> <p>- освоение навыков судейства соревнований.</p>	4-15	ПЗ	Т	14	-	ТК	Д
42.	<p>Ритмическая гимнастика(девушки.)</p> <p>- комплексы аэробики с различным темпом и нагрузкой</p> <p>- комплексы силовых упражнений (без отягощений) для различных групп мышц.</p> <p>Атлетическая гимнастика(юноши.)</p> <p>- специальные силовые упражнения для мышц шеи с отягощениями, с сопротивлением партнера, сидя и лежа.</p> <p>- упражнения для развития силы и гибкости мышц кисти и предплечья</p>	4-15	ПЗ	Т	16	-	ТК	Д
43.	<p>Легкая атлетика:</p> <p>- обучение технике прыжка в длину с разбега</p> <p>- обучение и совершенствование технике и подбора разбега и отталкивания прыжка в длину</p> <p>- кроссовая подготовка</p>	4-15	ПЗ	Т	16	-	ТК	Д
44.	Тесты физического контроля по изученным видам	6,10,14	ПЗ	Т	6	-	РК	Т
45.	Проведение комплекса УГГ с элементами ППФП	16 4/6	ПЗ	РИ	2	-	ТК	Д
46.	<p>Выходной контроль</p> <p>- проведение комплекса упражнений на развитие силы</p> <p>-выполнение контрольных тестов по физической подготовке</p>	неполная неделя				-	ВыхК	3
47.	Итого за 6 семестр:				66	-		

1	2	3	4	5	6	7	8	9
7 семестр								
48.	Основы техники безопасности на занятиях различными видами спорта Мониторинг функционального тестирования организма.	1	ПЗ	В	2	-	ВК	Т
49.	Легкая атлетика: - совершенствование скоростно-силовых качеств. - развитие силовой выносливости, бег 1000 метров. - бег 2000, 3000 м. - освоение навыков судейства соревнований	2-5	ПЗ	Т	8	-	ТК	Д
50.	Спортивные игры: волейбол - обучение и совершенствование командным действиям в защите - обучение и совершенствование командным действиям в нападении - освоение навыков судейства соревнований	6-16	ПЗ	Т	6	-	ТК	Д
51.	Ритмическая гимнастика(девушки.) - комплексы аэробики с различным темпом и нагрузкой - комплексы силовых упражнений (без отягощений) для различных групп мышц. Атлетическая гимнастика(юноши.) - специальные силовые упражнения для мышц шеи с отягощениями, с сопротивлением партнера, сидя и лежа. - упражнения для развития силы и гибкости мышц кисти и предплечья	6-16	ПЗ	Т	8	-	ТК	Д
52.	Плавание: - обучение технике финиша - обучение технике плавания дельфин - освоение навыков судейства соревнований.	6-16	ПЗ	Т	4	-	ТК	Д
53.	Тесты физического контроля по изученным видам	8,15	ПЗ	Т	4	-	РК	Т
54.	Проведение комплекса УГГ с элементами ППФП	17	ПЗ	РИ	2	-	ТК	Д
55.	Выходной контроль - проведение комплекса упражнений на развитие силы -выполнение контрольных тестов по физической подготовке	18				-	ВыхК	3
56.	Итого за 7 семестр:				34	-		
8 семестр								
57.	Основы техники безопасности на занятиях различными видами спорта Мониторинг функционального тестирования организма.	1	ПЗ	В	2	-	ВК	Т

1	2	3	4	5	6	7	8	9
58.	Лыжная подготовка: -обучение и совершенствование попеременному четырехшажному ходу -обучение и совершенствование переходу с попеременных ходов на одновременный	2-5	ПЗ	Т	6	-	ТК	Д
59.	Спортивные игры: волейбол - обучение и совершенствование командным действиям в защите - обучение и совершенствование командным действиям в нападении - освоение навыков судейства соревнований	6-12	ПЗ	Т	4	-	ТК	Д
60.	Ритмическая гимнастика(девушки.) - комплексы аэробики с различным темпом и нагрузкой - комплексы силовых упражнений (без отягощений) для различных групп мышц. Атлетическая гимнастика(юноши.) - специальные силовые упражнения для мышц шеи с отягощениями, с сопротивлением партнера, сидя и лежа. - упражнения для развития силы и гибкости мышц кисти и предплечья	6-12	ПЗ	Т	4	-	ТК	Д
61.	Плавание: - обучение технике финиша - обучение технике плавания дельфин - освоение навыков судейства соревнований.	6-12	ПЗ	Т	4	-	ТК	Д
62.	Тесты физического контроля по изученным видам	6,9	ПЗ	Т	4	-	РК	Т
63.	Проведение комплекса УГГ с элементами ППФП	13	ПЗ	РИ	2	-	ТК	Д
64.	Выходной контроль - проведение комплекса упражнений на развитие силы -выполнение контрольных тестов по физической подготовке	13 1/6				-	ВыхК	3
65.	Итого за 8 семестр:				26	-		
66.	Всего по дисциплине				328			

Примечание:

Условные обозначения:

Виды аудиторной работы: ПЗ – практическое занятие.

Формы проведения занятий: Т - занятие проводимое в традиционной форме, В- занятие проводимое в форме визуализации, РИ – ролевая игра.

Виды контроля: ВК – входной контроль, ТК – текущий контроль, РК – рубежный контроль, ВыхК – выходной контроль.

Форма контроля: Д – демонстрация практического навыка, Т-тестирование, 3 – зачет.

5. Образовательные технологии

Организация занятий по дисциплине «Общая физическая подготовка» проводится по видам учебной работы: практические занятия, текущий контроль.

Реализация компетентного подхода в рамках направления подготовки 05.03.06 Экология и природопользование (профиль) «Экология», предусматривает использование в учебном процессе как традиционных педагогических технологий, так и методов активного обучения для формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

Практические занятия проводятся в спортивных залах, на открытых спортивных площадках, лыжной базе, тире, бассейне.

Целью практических занятий является выработка практических навыков работы с методами и средствами физической культуры и спорта, для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности, формирование образовательной среды по видам спорта, способствующей удовлетворению познавательных интересов обучающихся, усилению мотивации обучения видам спорта.

Для достижения этих целей используются формы работы - проведение занятий в традиционной форме, в форме визуализации и ролевой игры.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

а) основная литература (библиотека СГАУ)

№ п/п	Наименование, ссылка для электронного доступа или кол-во экземпляров в библиотеке	Автор(ы)	Место издания, издательство, год	Используется при изучении разделов (из п. 4.3)
1	2	3	4	5
1.	Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки: Учебное пособие http://znanium.com/bookread2.php?book=1000483	Ш.З. Хуббиев, С.М. Лукина, Т.Е. Коваль, Л.В. Ярчиковская	СПб:СПбГУ, 2018	1-9
2.	Элективные курсы по физической культуре и спорту. Общая физическая подготовка. Методические рекомендации: http://znanium.com/bookread2.php?book=1010174	Мрочко О.Г.	Москва:Альтаир МГАВТ, 2018	1-9

б) дополнительная литература

№ п/п	Наименование, ссылка для электронного доступа или кол-во экземпляров в библиотеке	Автор(ы)	Место издания, издательство, год	Используется при изучении разделов (из п. 4.3)
1	2	3	4	5
1.	Физическая культура: учебно-методическое пособие http://znanium.com/bookread2.php?book=993540	Ю.С. Филиппова	Москва: ИНФРА-М, 2019	1-9

№ п/п	Наименование, ссылка для электронного доступа или кол-во экземпляров в библиотеке	Автор(ы)	Место издания, издательство, год	Используется при изучении разделов (из п. 4.3)
1	2	3	4	5
2.	Физиология физкультурно-оздоровительной деятельности: учебник http://znanium.com/bookread2.php?book=976392	Л.К. Караулова.	Москва: ИНФРА-М, 2018	1-9
3.	Физическая культура и здоровый образ жизни: учеб.пособие http://znanium.com/bookread2.php?book=1036690	О.В. Морозов, В.О. Морозов.	Москва: ФЛИНТА, 2015.	1-9
4.	Здоровье и физическая культура студента: учебное пособие http://znanium.com/bookread2.php?book=432358	В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт.	Москва: Альфа-М; НИЦ ИНФРА-М, 2014	1-9

в) ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

Для освоения дисциплины рекомендуются следующие сайты информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

- Официальный сайт университета: <http://www.sgau.ru/>;
- Государственная политика в области образования-Российское образование. Федеральный портал-URL: http://www.edu.ru/index.php?page_id=105
- Официальный сайт Электронной библиотеки диссертаций Российской государственной библиотеки. <http://diss.rsl.ru/>
- Электронная библиотека: Труды ученых ИГУ. <http://elib.library.isu.ru/index.php>

г) периодические издания

1. Научный журнал включен в список ВАК России «Теория и практика физической культуры». - ISSN: 00403601

д) информационные справочные системы и профессиональные базы данных

Для пользования стандартами и нормативными документами рекомендуется применять информационные справочные системы и профессиональные базы данных, доступ к которым организован библиотекой университета через локальную вычислительную сеть.

Для пользования электронными изданиями рекомендуется использовать следующие информационные справочные системы и профессиональные базы данных:

1. Научная библиотека университета <http://read.sgau.ru/biblioteka/>

Базы данных содержат сведения обо всех видах литературы, поступающей в фонд библиотеки. Более 1400 полнотекстовых документов (учебники, учебные пособия и т.п.). Доступ – с любого компьютера, подключенного к сети Интернет.

2. Электронная библиотечная система «Лань» <http://e.lanbook.com>.

Электронная библиотека издательства «Лань» – ресурс, включающий в себя как электронные версии книг издательства «Лань», так и коллекции полнотекстовых

файлов других российских издательств. После регистрации с компьютера университета – доступ с любого компьютера, подключенного к сети Интернет.

3. Электронно-библиотечная система «IPRbooks» [http:// ibooks.ru](http://ibooks.ru) - ресурс новейших информационных технологий и учебной лицензионной литературы. Доступ к полному тексту изданий на сайте возможен после авторизации. Пройдя личную регистрацию в дальнейшем можно работать под своими учетными данными в любой точке, где есть доступ в сеть Интернет.

4. Электронно-библиотечная система «Znanium» [http:// znanium.com](http://znanium.com)
Электронная библиотечная система «Znanium» содержит электронные версии изданий, публикуемых Научно-издательским центром ИНФРА-М, коллекции книг и журналов других российских издательств, а также произведения отдельных авторов. Доступ – с любого компьютера, подключенного к сети Интернет.

5. «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru>.
Электронно-библиотечная система, обеспечивающая доступ к книгам, конспектам лекций, энциклопедиям и словарям, учебникам по различным областям научных знаний, материалам по экспресс-подготовке к экзаменам. После регистрации с компьютера университета – доступ с любого компьютера, подключенного к сети Интернет.

6. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU. <http://elibrary.ru>.
Российский информационный портал в области науки, медицины, технологии и образования. На платформе аккумулируются полные тексты и рефераты научных статей и публикаций. Доступ с любого компьютера, подключенного к сети Интернет. Свободная регистрация.

7. Профессиональная база данных «Министерство спорта РФ»

8. Поисковые интернет-системы Яндекс, Rambler, Google.

е) информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса:

- программное обеспечение - не предусмотрено программой

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Для проведения практических занятий по дисциплине кафедры «Физическая культура» имеются аудитории:

- игровой зал оснащённый - баскетбольными пластиковыми щитами, мячами, ворота для мини футбола, электронное табло универсальное, мячи баскетбольные, мячи волейбольные, волейбольный комплект (стойки, сетка, вышка), гимнастические скамейки, футбольные мячи , гимнастическая скакалка , маты гимнастические, канат ;

- бассейн оснащённый досками для плавания;

- тренажерный зал оснащённый - лавка для жима, стойки пауэрлифтинга , тренажер «Железная рука», тренажер для бицепса, блочный тренажер3, скамья для пресса, стойки для дисков, тренажер жим ноги, стол для армспорта;

- зал ЛФК оснащённый - скакалки гимнастические , обручи гимнастические , мишени для дартса , гребной тренажер «Concept2»;

- зал борьбы оснащённый - маты гимнастические , покрывала, весы медицинские , медболы , груша боксерская;
- спортивно-стрелковый комплекс оснащённый - мелкокалиберное оружие , пневматическое оружие , костюмы для стрельбы , ботинки для стрельбы , трубы подзорные , установка для стрельбы мк , установка для пневматической стрельбы , поворотная мишень для мк , стрелковый тренажёр СКАТ;
- спортивная комплексная площадка оснащённая баскетбольными пластиковыми щитами, воротами для мини-футбола;
- лыжная база оснащённая лыжами, лыжными ботинками, лыжными палками.

8. Фонд оценочных материалов

Оценочные материалы, сформированные для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Общая физическая подготовка» разработаны на основании следующих документов:

- Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- приказа Минобрнауки РФ от 05.04.2017 № 301 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры»;

Оценочные материалы представлены в приложении 1 к рабочей программе дисциплины и включает в себя:

- перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы;
- описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания;
- типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы;
- методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

9. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы

Самостоятельная работа не предусмотрена учебным планом по направлению подготовки 05.03.06 Экология и природопользование (профиль) «Экология».

10. Методические указания для обучающихся по изучению дисциплины «Общая физическая подготовка»

Методические указания по изучению дисциплины «Общая физическая подготовка» включают в себя:

1. Методические указания по выполнению практических занятий.

*Рассмотрено и утверждено на заседании
кафедры «Физическая культура»
«26» августа 2019 года (протокол № 1).*

**Лист изменений и дополнений,
вносимых в рабочую программу дисциплины
«Общая физическая подготовка»**

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины «Общая физическая подготовка» на 2020/2021 учебный год:

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

а) основная литература (библиотека СГАУ)

1. Пожидаев, В. П. Физическая культура : методические рекомендации по изучению курса дисциплины «Совершенствование общей физической подготовки студентов в ходе проведения учебных занятий» / В. П. Пожидаев. — Тверь : Тверская ГСХА, 2019. — 26 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/reader/book/134200/#1>
2. Блинков, С. Н. Элективные курсы по физической культуре и спорту : учебное пособие / С. Н. Блинков, В. А. Мезенцева, С. Е. Бородачева. — Самара : СамГАУ, 2018. — 161 с. — ISBN 978-5-88575-500-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/reader/book/109462/>

б) дополнительная литература

1. Каргин, Н. Н. Теоретические основы здоровья человека и его формирования средствами физической культуры и спорта : учебное пособие / Н.Н. Каргин, Ю.А. Лаамарти. — Москва : ИНФРА-М, 2020. — 243 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). — DOI 10.12737/1070927. - ISBN 978-5-16-015939-3. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/read?id=359731>

Актуализированная рабочая программа дисциплины «Общая физическая подготовка» рассмотрена и утверждена на заседании кафедры «Физическая культура» «31» августа 2020 года (протокол № 1).

Заведующий кафедрой



(подпись)