

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Соловьев Дмитрий Александрович  
Должность: ректор ФГБОУ ВО Вавиловский университет  
Дата подписания: 12.04.2023 17:04:22  
Уникальный программный ключ:  
528682d78e671e566ab07f01fe1ba2172f735a12




МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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

СОГЛАСОВАНО

Заведующий кафедрой

  
«17» мая 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

И.о. декана факультета

 Павлов А.В. /  
«18» мая 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Дисциплина	ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА
Специальность	23.05.01 Наземные транспортно-технологические средства
Специализация	Автомобили и тракторы
Квалификация выпускника	Инженер
Нормативный срок обучения	5 лет
Форма обучения	Очная

Разработчик(и): доцент, Шишкина Т.Г.

доцент, Панина О.В.

  
(подпись)  
  
(подпись)

Саратов 2021

## 1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Общая физическая подготовка» является формирование у обучающихся 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 специальности 23.05.01 Наземные транспортно-технологические средства специализация «Автомобили и тракторы», дисциплина «Общая физическая подготовка» относится к дисциплинам по выборам части, формируемой участниками образовательных отношений 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, соответствующих с индикаторами достижениями компетенций

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)	Индикаторы достижения компетенций	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны:		
				знать	уметь	владеть
1	2	3		4	5	6
1.	УК-7	<i>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i>	УК-7.1 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.	виды общедоступного и профессионального спорта; влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек,	применять систему знаний, практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья в профессиональных и рекреационных целях	средствами общей физической и специальной подготовки; способен самостоятельно выбирать виды спорта или систему физических упражнений для укрепления здоровья
			УК-7.2 Использует основы физической культуры для осознанного	способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; пра-	выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровитель-	методическими принципами физического воспитания, методами и средствами фи-

			выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности	вила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности	ной и профессионально-прикладной физической культуры	зической культуры; самостоятельно применяет их для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья
--	--	--	---	---	--	---

#### 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	9	10
Контактная работа – всего, в т.ч.	328	-	50	60	52	34	60	34	38	-	-
<i>аудиторная работа:</i>	328	-	50	60	52	34	60	34	38	-	-
лекции	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
лабораторные	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
практические	328	-	50	60	52	34	60	34	38	-	-
<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			Самостоятельная 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.	Основы техники безопасности на занятиях различными видами спорта. Мониторинг функционального состояния организма.	1	ПЗ	В	2	-	ВК	Т
2.	<b>Лыжная подготовка:</b>	1-3	ПЗ	Т	10	-	ТК	Д

1	2	3	4	5	6	7	8	9
	-обучение и совершенствование попеременному двухшажному ходу -обучение и совершенствование одновременному бесшажному ходу -обучение и совершенствование подъему елочкой -обучение и совершенствование торможение плугом Прохождение дистанции 2 км Игры «Эстафета с передачей палок»							
3.	<b>Спортивные игры: волейбол</b> - 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 - обучение и совершенствование нижнему приему мяча	4-13	ПЗ	Т	10	-	ТК	Д
4.	<b>Спортивные игры: баскетбол</b> - обучение основным элементам техники баскетбола - обучение технике владения мячом (занятие №1) - обучение технике владения мячом» (занятие №2) - обучение приемам ведения мяча различными способом	4-13	ПЗ	Т	10	-	ТК	Д
5.	<b>Легкая атлетика:</b> - обучение и совершенствование технике бега - обучение и совершенствование технике прыжка в длину с места - обучение и совершенствование технике бега на короткие дистанции - обучение и совершенствование технике низкого старта	14-16	ПЗ	Т	10	-	ТК	Д
6.	Тесты физического контроля по изученным видам	5,10,16	ПЗ	Т	6		РК	Т
7.	Проведение комплекса дыхательной, релаксационной гимнастики	3-16	ПЗ	РИ	2	-	ТК	Д
8.	Выходной контроль -проведение комплекса упражнений на развитие скоростно-силовых качеств -выполнение контрольных тестов по физической подготовке	16				-	ВыхК	3
9.	Итого за 2 семестр:				50	-		
<b>3 семестр</b>								
10.	Основы техники безопасности на занятиях различными видами спорта. Мониторинг функционального состояния организма.	1	ПЗ	В	2	-	ВК	Т
11.	<b>Легкая атлетика:</b> - совершенствование скоростно-силовых качеств в беге на короткие ди-	1-3	ПЗ	Т	10	-	ТК	Д

1	2	3	4	5	6	7	8	9
	станции - освоение тренировочных программ и методов подготовки для начинающих бегунов - совершенствование техники низкого старта - совершенствование техники высокого старта - обучение технике и тактике прохождения дистанции в беге на 500 и 1000 м. - развитие скоростно-силовых качеств - кроссовая подготовка							
12.	<b>Стрельба из пневматической винтовки:</b> - целеуказание различными способами, - техника дыхания при стрельбе. - Проведение контрольных стрельб.	4-17	ПЗ	Г	4	-	ТК	Д
13.	<b>Плавание:</b> - 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 - обучение технике стартового прыжка - упражнения для мышц ног в технике плавания брассом - обучение поворотам при плавании способом кроль на груди	5-14	ПЗ	Г	12	-	ТК	Д
14.	<b>Волейбол:</b> - обучение и совершенствование отражение способом снизу волейбольных мячей набрасываемых партнером - обучение и совершенствование нападающему удару, подаче - обучение действиям игрока в защите и нападении - обучение передачи в парах	4-17	ПЗ	Г	8	-	ТК	Д
15.	<b>Баскетбол:</b> - обучение броскам в корзину- (занятие.№1) - обучение броскам в корзину- (занятие.№2) - техника защиты- (занятие.№1) - техника защиты- (занятие.№2) - техника защиты- (занятие.№3)	4-17	ПЗ	Г	8	-	ТК	Д
16.	<b>Гимнастика:</b> - 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 - обучение технике лазания по канату-	4-17	ПЗ	Г	8	-	ТК	Д

1	2	3	4	5	6	7	8	9
	техника выполнения, методика обучения, страховка и помощь - составление комплексов общеразвивающих и специальных упражнений							
17.	Тесты физического контроля по изученным видам	5,10,16	ПЗ	Т	6		РК	Т
18.	Проведение любой части занятия	3-16	ПЗ	РИ	2	-	ТК	Д
19.	Выходной контроль - проведение комплекса упражнений на развитие гибкости -выполнение контрольных тестов по физической подготовке	неполная неделя				-	ВыхК	3
20.	Итого за 3 семестр:				60	-		
4 семестр								
21.	Основы техники безопасности на занятиях различными видами спорта. Мониторинг функционального состояния организма.	1	ПЗ	В	2	-	ВК	Т
22.	<b>Лыжная подготовка:</b> Прохождение дистанции 3 км -обучение и совершенствование одновременному одношажному ходу -обучение и совершенствование подъему в гору скользящим шагом -обучение и совершенствование повороту на месте махом -обучение и совершенствование попеременному четырехшажному ходу	1-3	ПЗ	Т	10	-	ТК	Д
23.	<b>Стрельба из пневматической винтовки:</b> - заряджение и разряжение стрелкового оружия - отработка стабильности прицеливания - изготовка к стрельбе из различных положений - изучение приёмов срьелбы	4-13	ПЗ	Т	4	-	ТК	Д
24.	<b>Гимнастика:</b> - совершенствование выполнения акробатических упражнений: кувырки, стойки, мост - упражнения на брусьях: техника выполнения, методика обучения - упражнения на перекладине - техника выполнения, методика обучения - акробатика - составление и проведение вольных упражнений из ранее пройденных элементов с предметами и без - комбинированные комплексы.	4-13	ПЗ	Т	8	-	ТК	Д
25.	<b>Спортивные игры: баскетбол</b> - обучение приёмам техники нападения - основы тактики в баскетболе. Тактика нападения-(занятие№1) - основы тактики в баскетболе. Тактика нападения - (занятие№2) - основы тактики в баскетболе. Тактика нападения - (занятие№3) - основы тактики в баскетболе.	4-13	ПЗ	Т	10	-	ТК	Д

1	2	3	4	5	6	7	8	9
26.	<b>Легкая атлетика:</b> - кроссовая подготовка - обучение технике прыжка в длину с разбега - обучение и совершенствование техники и подбора разбега и отталкивания прыжка в длину - совершенствование скоростно-силовых качеств. - развитие силовой выносливости, бег 1000 метров. - бег 2000, 3000 м.	14-16	ПЗ	Т	10	-	ТК	Д
27.	Тесты физического контроля по изученным видам	6,10, 15	ПЗ	Т	6		РК	Т
28.	Проведение занятия по избранному виду спорта	3-16	ПЗ	РИ	2	-	ТК	Д
29.	Выходной контроль -проведение комплекса упражнений на развитие выносливости -выполнение контрольных тестов по физической подготовке	16				-	ВыхК	З
30.	Итого за 4 семестр:				52	-		
5 семестр								
31.	Основы техники безопасности на занятиях различными видами спорта. Мониторинг функционального состояния организма.	1	ПЗ	В	2	-	ВК	Т
32.	<b>Легкая атлетика:</b> - совершенствование техники прыжка в длину с места - совершенствование техники бега на короткие дистанции - обучение и совершенствование техники низкого старта - освоение тренировочных программ и методов подготовки для начинающих бегунов - кроссовая подготовка - совершенствование техники прыжка в длину с разбега - совершенствование скоростно-силовых качеств. - развитие силовой выносливости, бег 1000 метров. - бег 2000, 3000 м.	2-5	ПЗ	Т	8	-	ТК	Д
33.	<b>Спортивные игры: Волейбол:</b> - обучение нападающего удара с собственного подброса - обучение нападающего удара в прыжке с передачи партнера - обучение и совершенствование защитным действиям при блокировании - совершенствование защитных действий при блокировании - совершенствование тактики подачи и нападения - совершенствование командных действий в защите	6-17	ПЗ	Т	10	-	ТК	Д

1	2	3	4	5	6	7	8	9
	- совершенствование командных действий в нападении - освоение навыков судейства соревнований							
34.	<b>Гимнастика:</b> - совершенствование выполнения акробатических упражнений: кувырки, стойки, мост - построение гимнастического комплекса с элементами выполнения: кувырки вперед, назад, колесо, стойки - упражнения на брусьях: техника выполнения, методика обучения, страховка и помощь	6-17	ПЗ	Т	8	-	ТК	Д
35.	Тесты физического контроля по изученным видам	8,16	ПЗ	Т	4	-	РК	Т
36.	Проведение комплекса УГГ с элементами ППФП	3-18	ПЗ	РИ	2	-	ТК	Д
37.	Выходной контроль - проведение комплекса упражнений на развитие силы -выполнение контрольных тестов по физической подготовке	18				-	ВыхК	З
38.	Итого за 5 семестр:				34	-		
6 семестр								
39.	Основы техники безопасности на занятиях различными видами спорта. Мониторинг функционального состояния организма.	1	ПЗ	В	2	-	ВК	Т
40.	<b>Лыжная подготовка:</b> Игры «Эстафета с передачей палок» Горнолыжная эстафета с преодолением препятствий Прохождение дистанции 5 км с учетом времени Освоение навыков судейства соревнований. Лыжные гонки	1-4	ПЗ	Т	14	-	ТК	Д
41.	<b>Спортивные игры: баскетбол</b> - основы тактики в баскетболе. Обучение тактическим действиям в защите - (занятие№1) - основы тактики в баскетболе. Обучение тактическим действиям в защите - (занятие№2) - основы тактики в баскетболе. Обучение тактическим действиям в защите - (занятие№3) - формирование тактического мышления баскетболистов - освоение навыков судейства соревнований.	5-13	ПЗ	Т	12	-	ТК	Д
42.	<b>Плавание:</b> - обучение технике плавания способом брасс - обучение технике подводного плавания - обучение технике работы ног в плавании кролем без помощи рук	5-13	ПЗ	Т	12	-	ТК	Д



1	2	3	4	5	6	7	8	9
	- обучение технике работы ног в плавании кролем на спине без помощи рук - обучение технике работы ног в плавании брассом без помощи рук - обучение технике работы рук плавания кролем без помощи ног							
43.	<b>Легкая атлетика:</b> - совершенствование скоростно-силовых качеств. - кроссовая подготовка - бег 3000 м. - совершенствование техники челночного бега - развитие силовой выносливости - освоение навыков судейства соревнований	14-17	ПЗ	Т	14	-	ТК	Д
44.	Тесты физического контроля по изученным видам	4,12,17	ПЗ	Т	4	-	РК	Т
45.	Проведение комплекса производственной гимнастики	3-18	ПЗ	РИ	2	-	ТК	Д
46.	Выходной контроль -демонстрация комплекса комбинированных упражнений -выполнение контрольных тестов по физической подготовке	неполная неделя				-	ВыхК	З
47.	Итого за 6 семестр:				60	-		
<b>7 семестр</b>								
48.	Основы техники безопасности на занятиях различными видами спорта. Мониторинг функционального состояния организма.	1	ПЗ	В	2	-	ВК	Т
49.	<b>Легкая атлетика:</b> - совершенствование техники прыжка в длину с места - совершенствование техники бега на короткие дистанции - совершенствование техники низкого старта - совершенствование техники высокого старта - кроссовая подготовка	2-6	ПЗ	Т	10	-	ТК	Д
50.	<b>Ритмическая гимнастика (девушки.)</b> - комплексы аэробики с различным темпом и нагрузкой - комплексы силовых упражнений (без отягощений) для различных групп мышц. - стретчинг. - упражнения из раздела «атлетическая гимнастика» адаптируемые для женщин. <b>Атлетическая гимнастика (юноши.)</b> - специальные силовые упражнения для мышц шеи с отягощениями, с сопротивлением партнера, сидя и лежа. - упражнения для развития силы и гибкости мышц кисти и предплечья, - специальные силовые (динамические	7-17	ПЗ	Т	8	-	ТК	Д

1	2	3	4	5	6	7	8	9
	и статические) и изометрические упражнения для развития мышц спины.							
51.	<b>Комплексы упражнений профессиональной направленности:</b> - упражнения с мячом, направленные на развитие общей ловкости. - упражнения, развивающие точность движений, глазомер и внимание. - упражнения для развития быстроты движений и реакции. - упражнения на реакцию выбора (быстрый выбор нужного двигательного ответа из ряда возможных). - упражнения для развития силы и ловкости кисти, предплечья и плеча. - упражнения для развития простой реакции, реакции слежения и реакции на движущийся объект. - упражнения для развития быстроты и координации движений. - упражнения на внимание. - упражнения для совершенствования психофизических качеств (эмоциональная устойчивость, способность противостоять стрессовым ситуациям).	7-17	ПЗ	Т	8	-	ТК	Д
52.	Тесты физического контроля по изученным видам	8,16	ПЗ	Т	4	-	РК	Т
53.	Проведение комплекса производственной гимнастики	3-17	ПЗ	РИ	2	-	ТК	Д
54.	Выходной контроль -демонстрация комплекса комбинированных упражнений -выполнение контрольных тестов по физической подготовке	неполная неделя				-	ВыхК	3
55.	Итого за 7семестр:				34	-		
8 семестр								
56.	Основы техники безопасности на занятиях различными видами спорта. Мониторинг функционального состояния организма.	1	ПЗ	В	2	-	ВК	Т
57.	<b>Комплексы упражнений профессиональной направленности:</b> - упражнения с мячом, направленные на развитие общей ловкости. - упражнения, развивающие точность движений, глазомер и внимание. - упражнения для развития быстроты движений и реакции. - упражнения на реакцию выбора (быстрый выбор нужного двигательного ответа из ряда возможных). - упражнения для развития силы и ловкости кисти, предплечья и плеча. - упражнения для развития простой реакции, реакции слежения и реакции на движущийся объект. - упражнения для развития быстроты и координации движений.	2-17	ПЗ	Т	10	-	ТК	Д

1	2	3	4	5	6	7	8	9
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнения на внимание.</li> <li>- упражнения для совершенствования психофизических качеств (эмоциональная устойчивость, способность противостоять стрессовым ситуациям).</li> </ul>							
58.	<p><b>Плавание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- совершенствование техники стартового прыжка</li> <li>- совершенствование техники поворотов при плавании способом кроль на груди</li> <li>- совершенствование техники плавания способом брасс</li> <li>- совершенствование техники работы ног в плавании кролем без помощи рук</li> <li>- совершенствование техники работы ног в плавании кролем на спине без помощи рук</li> <li>- совершенствование техники работы ног в плавании брассом без помощи рук</li> <li>- совершенствование техники работы рук плавание кролем без помощи ног</li> <li>- обучение технике финиша</li> <li>- обучение технике плавания дельфин</li> <li>- освоение навыков судейства соревнований.</li> </ul>	2-17	ПЗ	Т	10	-	ТК	Д
59.	<p><b>Ритмическая гимнастика (девушки.)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнения из раздела «атлетическая гимнастика» адаптируемые для женщин.</li> <li>- круговая тренировка с использованием упражнений на разные группы мышц.</li> <li>- специальные силовые (динамические и статические) и изометрические упражнения для развития мышц спины.</li> <li>- составление и проведение комплекса производственной гимнастики</li> </ul> <p><b>Атлетическая гимнастика (юноши.)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- специальные силовые (динамические и статические) и изометрические упражнения для развития мышц спины.</li> <li>- упражнения для развития мышечной силы рук (дельтовидная мышца, трапециевидная, трех и двуглавая мышцы плеча), брюшного пресса и ног.</li> <li>- круговая тренировка с использованием упражнений на разные группы мышц.</li> <li>- составление и проведение комплекса производственной гимнастики</li> </ul>	2-17	ПЗ	Т	8	-	ТК	Д
60.	Тесты физического контроля по изученным видам	5, 10,16	ПЗ	Т	6	-	РК	Т
61.	Проведение комплекса производственной гимнастики	3-17	ПЗ	РИ	2	-	ТК	Д
62.	Выходной контроль -демонстрация комплекса комбинированных упражнений	неполная неделя				-	ВыхК	З

1	2	3	4	5	6	7	8	9
	-выполнение контрольных тестов по физической подготовке							
б3.	Итого за 8 семестр:				38			
б4.	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, З – зачет.

## 5. Образовательные технологии

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

Реализация компетентностного подхода в рамках специальности 23.05.01 Наземные транспортно-технологические средства специализация «Автомобили и тракторы», 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 <a href="http://znanium.com/bookread2.php?book=1000483">http://znanium.com/bookread2.php?book=1000483</a>	Ш.З. Хуббиев, С.М. Лукина, Т.Е. Коваль, Л.В. Ярчиковская	СПб:СПбГУ, 2018	1-9
2.	Физическая культура: учебно-методическое пособие <a href="http://znanium.com/bookread2.php?book=993540">http://znanium.com/bookread2.php?book=993540</a>	Ю.С. Филиппова	Москва: ИНФРА-М, 2019	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.	Методические основы дисциплины «Физическая культура»: учебное пособие <a href="https://e.lanbook.com/reader/book/136154/#1">https://e.lanbook.com/reader/book/136154/#1</a>	Пягай, Л. П.	Омск : Омский ГАУ, 2020.	1-8
2.	Физиология физкультурно-оздоровительной деятельности: учебник <a href="http://znanium.com/bookread2.php?book=976392">http://znanium.com/bookread2.php?book=976392</a>	Л.К. Караулова.	Москва: ИН-ФРА-М, 2018	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](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://ellib.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 занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации имеются учебная аудитория № 46 с меловой доской, достаточным количеством посадочных мест и освещенностью. Для использования медиаресурсов имеется: переносной мультимедийный комплект (ноутбук, проектор, экран).

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

- игровой зал оснащённый баскетбольными пластиковыми щитами, мячами;
- бассейн оснащённый досками для плавания;
- тренажерный зал оснащённый тренажерами, лавками, гантелями;
- зал ЛФК оснащённый мячами, обручами, гимнастическими ковриками;
- зал аэробики оснащённый мячами, обручами;
- зал борьбы оснащённый покрывалом, гимнастическими стенками;
- зал для занятий настольным теннисом и дартсом оснащённый столами и мишенями;
- спортивно-стрелковый комплекс оснащённый оружием, мишенями;

- спортивная комплексная площадка оснащённая баскетбольными пластиковыми щитами, воротами для мини-футбола.

## **8. Фонд оценочных средств**

Оценочные материалы, сформированные для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Общая физическая подготовка» разработан 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 специальности 23.05.01 Наземные транспортно-технологические средства специализация «Автомобили и тракторы».*

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

Методические указания по выполнению практических занятий не предусмотрены.

*Рассмотрено и утверждено на заседании кафедры «Физическая культура»  
«17» мая 2021 года (протокол № 12).*

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

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины «Общая физическая подготовка» на 2021/2022 учебный год:

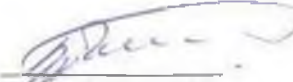
**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

**а) основная литература (библиотека СГАУ)**

1. Физическая культура и спорт : учебник / В. А. Никишкин, Н. Н. Бумарскова, С. И. Крамской [и др.]. — Москва : МИСИ – МГСУ, 2021. — 380 с. — ISBN 978-5-7264-2862-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/179192>

Актуализированная рабочая программа дисциплины «Общая физическая подготовка» рассмотрена и утверждена на заседании кафедры «Физическая культура» «27» августа 2021 года (протокол № 1).

Заведующий кафедрой

  
(подпись)