МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«Казанский государственный аграрный университет»
(ФГБОУ ВО Казанский ГАУ)

Институт механизации и технического сервиса
Кафедра физического воспитания

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе и
цифровизации, доцент

_____ А.В. Дмитриев
«____» _____ 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.О.44 Элективные курсы по физической культуре и спорту»

Направление подготовки
36.03.02 «Зоотехния»

Направленность (профиль) подготовки
Технология производства продуктов животноводства

Форма обучения
Очная/заочная

Казань – 2025

Составитель: профессор, д.б.н. Вахитов И.Х.
Должность, ученая степень, ученое звание Ф.И.О.

Преподаватель, к.с.-х.н. Фахртдинова Л.К.
Должность, ученая степень, ученое звание Ф.И.О.

Рабочая программа дисциплины обсуждена и одобрена на заседании кафедры физического воспитания «21» апреля 2025 года (протокол № 10)

Заведующий кафедрой:
к.с.-х.н., доцент Мануров И.М.
Должность, ученая степень, ученое звание Ф.И.О.

Рассмотрена и одобрена на заседании методической комиссии Института механизации и технического сервиса № 8 от «24» апреля 2025 года

Председатель методической комиссии:
доцент, к.т.н. Зиннатуллина А.Н.
Должность, ученая степень, ученое звание Ф.И.О.

Согласовано:
Директор Медведев В.М.
Ф.И.О.

Протокол ученого совета института № 9 от «30» апреля 2025 года

1 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

В результате освоения основной профессиональной образовательной программы (ОПОП) по направлению подготовки 36.03.02 «Зоотехния», направленность (профиль) «Технология производства продуктов животноводства», обучающийся по дисциплине «Б1. О.44 Элективные курсы по физической культуре и спорту» должен овладеть следующими результатами:

Код индикатора достижения компетенции	Индикатор достижения компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физическоцй подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		
УК-7.1	Умеет включать физические упражнения в повседневную жизнь для поддержания здоровья и работоспособности	***Знать:*** методы сохранения и укрепления физического здоровья в условиях полноценной социальной и профессиональной деятельности; социально-гуманитарную роль физической культуры и спорта в развитии личности; ***Уметь***: организовывать режим времени, приводящий к здоровому образу жизни; использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа; ***Владеть***: опытом спортивной деятельности и физического самосовершенствования и самовоспитания; способностью к организации своей жизни в соответствии с социально-значимыми представлениями о здоровом образе жизни
УК-7.2	Понимает важности физической подготовленности для социальной и профессиональной деятельности, а также умение оценивать свои физические возможности.	***Знать:*** роль физической культуры и принципы здорового образа жизни; влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности ***Уметь:*** выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, ритмической и аэробной гимнастики, упражнения атлетической гимнастики; выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации; выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки; ***Владеть***: методикой самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма; методикой организации и проведения

		индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях.

2 Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина относится к обязательной части (к части, формируемой участниками образовательных отношений) блока 1 «Дисциплины». Изучается в 1-6 семестрах, на 1-3 курсах при очной форме обучения, на 1 курсе при заочной (очно-заочной) форме обучения.

Изучение дисциплины предполагает предварительное освоение следующих дисциплин учебного плана: биология, физическая культура.

Дисциплина является базовой.

3 Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы (з.е.), 328 часов

Таблица 3.1 - Распределение фонда времени по семестрам и видам занятий, в часах

Вид учебных занятий	Очное обучение						Заочное (очно-заочное) обучение
	1 семестр	2 семестр	3 семестр	4 семестр	5 семестр	6 семестр	1 курс, сессия
Контактная работа обучающихся с преподавателем (всего, час**)** в том числе:	**36**	**36**	**72**	**72**	**72**	**40**	**0**
- лекции, час в том числе в виде практической подготовки (при наличии), час	0	0	0	0	0	0	0
- лабораторные (практические) занятия, час в том числе в виде практической подготовки (при наличии), час	36	36	72	72	72	40	0
- зачет, час	0	0	0	0	0	0	0
- экзамен, час	0	0	0	0	0	0	0
Самостоятельная работа	0	0	0	0	0	0	328

обучающихся (всего, час)							
в том числе: -подготовка к лабораторным (практическим) занятиям, час	0	0	0	0	0	0	163
- работа с тестами и вопросами для самоподготовки, час	0	0	0	0	0	0	164
- выполнение курсового проекта (работы), час	0	0	0	0	0	0	0
- подготовка к зачету, час	0	0	0	0	0	0	1
- подготовка к экзамену, час	0	0	0	0	0	0	0
Общая трудоемкость час	**36**	**36**	**72**	**72**	**72**	**40**	**328**

4 Содержание дисциплины, структурированное по разделам и темам с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

Таблица 4.1 - Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)

№ темы	Раздел дисциплины	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость, в часах							
		лекции		практические работы		всего аудиторных часов		самостоятельная работа	
		очно	заочно (очно-заочно)	очно	заочно (очно-заочно)	очно	заочно (очно-заочно)	очно	заочно (очно-заочно)
1	**Общая физическая подготовка**	0	0	40	0	40	0	0	40
2	**Ациклические виды спорта.**	0	0	124	0	124	0	0	124
3	**Циклические виды спорта**	0	0	124	0	124	0	0	124
4	**Дополнительные виды спорта.**	0	0	40	0	40	0	0	40
	Итого	0	0	328	0	328	0	0	328

Таблица 4.2 - Содержание дисциплины, структурированное по разделам и темам

Лекционные занятия учебным планом не предусмотрены.

№	Содержание раздела (темы) дисциплины	Время, ак.час (очно/заочно/очно-заочно)			
		очно		заочно (очно-заочно)	
		всего	в том числе в форме практической подготовки (при наличии)	всего	в том числе в форме практической подготовки (при наличии)
1	**Раздел 1. Общая физическая подготовка**				
Практические работы		40	40	40	
1.1	Развитие общей силы	8	8	8	
1.2	Развитие общей быстроты	8	8	8	
1.3	Развитие общей выносливости	8	8	8	
1.4	Развитие общей гибкости	8	8	8	
1.5	Развитие общей ловкости	8	8	8	
2	**Раздел 2. Ациклические виды спорта.**				
2.1	Баскетбол	64	64	64	
2.1.1	Тема 1. Обучение и совершенствование держания мяча.	4	4	4	
2.1.2	Тема 2. Обучение и совершенствование ловли и передачи мяча.	10	10	10	
2.1.3	Тема 3. Обучение и совершенствование ведения мяча.	18	18	18	
2.1.4	Тема 4. Обучение и совершенствование перемещений и остановок в баскетболе.	6	6	6	
2.1.5	Тема 5. Обучение и совершенствование броска мяча.	18	18	18	
2.1.6	Тема 6. Обучение и совершенствование подбора и выбивания мяча.	8	8	8	
2.2	Волейбол	60	60	60	
2.2.1	Тема 1. Обучение и совершенствование приему и передачи мяча.	16	16	16	
2.2.2	Тема 2. Обучение и совершенствование подачи мяча.	18	18	18	
2.2.3	Тема 3. Обучение и совершенствование атакующим ударам.	16	16	16	
2.2.4	Тема 4. Обучение и совершенствование блокирование мяча.	10	10	10	
3	**Раздел 3. Циклические виды спорта**				
3.1	Легкая атлетика	86	86	86	
3.1.1	Тема 1. Обучение и совершенствование одновременным ходам.	14	14	14	
3.1.2	Тема 1. Обучение и совершенствование специально-беговым упражнениям.	8	8	8	
3.1.3	Тема 2. Обучение и совершенствование видам старта.	8	8	8	
3.1.4	Тема 3. Обучение и совершенствование прыжкам в длину с разбега.	10	10	10	

3.1.5	Тема 4. Обучение и совершенствование передачи эстафетной палочки.	10	10	10	
3.1.6	Тема 5. Обучение и совершенствование бегу на короткие дистанции.	18	18	18	
3.1.7	Тема 6. Обучение и совершенствование бегу на длинные дистанции.	18	18	18	
3.2	Лыжная подготовка	38	38	38	
3.2.1	Тема 2. Обучение и совершенствование попеременным ходам.	16	16	16	
3.2.2	Тема 3. Обучение и совершенствование торможениям.	12	12	12	
3.2.3	Тема 4. Обучение и совершенствование подъемам.	10	10	10	
4	**Раздел 4. Дополнительные виды спорта.**				
4.1	Тема 1. Обучение и совершенствование техническим элементам в настольном теннисе.	10	10	10	
4.2	Тема 2. Обучение и совершенствование техническим элементам в бадминтоне.	14	14	14	
4.3	Тема 3. Обучение и совершенствование техническим элементам в футболе.	16	16	16	

5 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

1. Вахитов И.Х. Физиология физического воспитания и спорта: электронный учебный курс./ И.Х. Вахитов, Р.Х. Равилов, Ч.А. Харисова, Т.М. Ахметов, А.Р. Мадьяров. – Казань: ФГБОУ ВО Казанская ГАВМ, 2023. https://e.lanbook.com/book/330548

2. Изосимова А.В. Методика преподавания баскетбола в ВУЗе: учебное пособие/ А.В. Изосимова, С.С. Чинкин, А.М. Миндубаев, Ч.А. Харисова, И.Х. Вахитов. – Казань: Казанская ГАВМ, 2020. https://e.lanbook.com/book/156775

3. Чинкин С.С. Методика преподавания футбола в ВУЗе: учебное пособие/ С.С. Чинкин, И.Х. Вахитов, А.В. Изосимова, Ч.А. Харисова, А.М. Миндубаев, А.Р. Мифтахов, А.А. Мадияров. – Казань: Казанская ГАВМ, 2020. https://e.lanbook.com/book/156780

4. Вахитов И.Х. Элективный курс лекций по физиологии физических упражнений: конспект лекций/ И.Х. Вахитов, А.Х. Волков, Д.Н. Мингалеев, С.С. Чинкин, А.В. Изосимова, Ч.А. Харисова, А.М. Миндубаев, Р.А. Мифтахов. – Казань: Казанская ГАВМ, 2020. https://e.lanbook.com/book/156785

Примерная тематика курсовых проектов (работ):

Не предусмотрено

6 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Представлен в приложении к рабочей программе дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту»

7 Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

Основная учебная литература:

1. Физическая культура и спорт: учебник / В. А. Никишкин, Н. Н. Бумарскова, С. И. Крамской [и др.]. — Москва: МИСИ – МГСУ, 2021. — 380 с. — Текст: электронный// Лань: электронно-библиотечная система. – URL: https://e.lanbook.com/book/179192
2. Физическая культура: учебник для вузов / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 450 с. — (Высшее образование). — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт – URL: https://urait.ru/book/fizicheskaya-kultura-560410
3. Физическая культура: учебно-методическое пособие / Е. Л. Сорокина, Т. И. Шишкина, М. А. Бабенко, Е. Г. Черночуб. — Новосибирск: СГУПС, 2020. — 114 с. — Текст: электронный// Лань: электронно-библиотечная система. – URL: https://e.lanbook.com/book/164631?category=4775
4. Физическая культура: учебное пособие / А. В. Данилов. — Уфа: БГПУ имени М. Акмуллы, 2019. — 136 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/115679
5. Физическая культура и спорт. Прикладная физическая культура и спорт: учебно-методическое пособие / составители С. А. Дорошенко, Е. А. Дергач. — Красноярск: СФУ, 2019. — 56 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/157654
6. Физическая культура и спорт: теоретический курс: учебное пособие / составитель В. В. Севастьянов. — Воронеж: ВГАУ, 2019. — 107 с. - Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/178975

Дополнительная учебная литература:

1. Методика преподавания баскетбола в ВУЗе: учебное пособие / А. В. Изосимова, С. С. Чинкин, А. М. Миндубаев [и др.]. — Казань: КГАВМ им. Баумана, 2020. — 126 с. - Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/156775
2. Теория спорта: учебное пособие / И. Н. Маслова. — Воронеж: ВГИФК, 2020. — 52 с. - Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/140360
3. Баскетбол в вузе: учебное пособие / Т. М. Михеева. — Оренбург: ОГУ, 2018. — 173 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/159859

8 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. Электронная библиотечная система «Лань» - https://e.lanbook.com/
2. Научная электронная библиотека "elibrary.ru" – www.elibrary.ru
3. Российская государственная библиотека – http://www.rsl.ru (открытый доступ)
4. Электронная научная библиотека ФГБОУ ВО Казанского ГАУ Института "Казанская академия ветеринарной медицины имени Н.Э. Баумана" – Режим доступа: http://ksavm.senet.ru/

9 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

1. Основными видами учебных занятий для студентов по данному курсу учебной дисциплины являются: практические занятия и самостоятельная работа студентов.

2. Дисциплина «Физическая культура» является обязательной дисциплиной общепрофессионального цикла. В ходе изучения дисциплины большое внимание уделяется аспектам, связанным с методологическими особенностями дисциплины. Знания базируются на анатомии, физиологии, биологии.

3. На практических занятиях используются интерактивные презентации и видеофильмы по тематике занятий.

4. Методы контроля: - тестовая форма контроля; - устная форма контроля – опрос и общение с аудиторией по поставленной задаче в устной форме; - решение определенных заданий (задач) по теме практического материала в конце практического занятия, в целях эффективности усвояемости материала на практике. - использование ролевых игр (соревнований) по группам, внутри групп; - поощрение индивидуальных заданий, в которых студент проработал самостоятельно большое количество дополнительных источников литературы. Текущий контроль предусматривает устную форму опроса студентов и письменный экспресс-опрос по окончанию изучения каждой темы.

5. Прохождение курса предусматривает активную самостоятельную работу студентов по изучению различных физических упражнений и подготовку к выполнению тестовых заданий по дисциплине «Физическая культура и спорт».

6. Организация самостоятельной работы студентов включает:

7. -работу с лекционным материалом, учебниками и дополнительной литературой, подготовку докладов (рекомендованная основная и дополнительная литература, тематика докладов содержатся в программе по дисциплине «Физическая культура и спорт»;

8. -подготовка рефератов, докладов, самостоятельных письменных и творческих работ по дисциплине «Физическая культура и спорт»;

9. -участие в ежегодной научно-практической конференции студентов

10. Советы по организации времени, необходимого для изучения дисциплины

11. При подготовке к тестированию по дисциплине «Физическая культура и спорт» использовать конспект лекций, делая дополнения в соответствующие разделы. На практических занятиях конспектируйте основные положения докладов и выводы по результатам их обсуждения. Старайтесь зарисовывать некоторые физические упражнений для его дальнейшего воспроизведения.

12. При подготовке к тестированию повторите лекционный материал, материал выполненных вами самостоятельных работ, просмотрите записи, сделанные при подготовке и на практических занятиях.

13. При подготовке к практическому зачету по дисциплине «Физическая культура и спорт» еще раз подробно ознакомьтесь с условиями сдачи зачета, с контрольными нормативами, повторите технику выполнения каждого физического упражнения.

10 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Форма проведения занятия, самостоятельной работы	Используемые информационные технологии	Перечень информационных справочных систем (при необходимости)	Перечень программного обеспечения
Практические работы	Мультимедийные технологии в сочетании с технологией проблемного изложения	Информационно-правовая система ГАРАНТ	1. Microsoft Office 2010, Microsoft Office 2016; 2. Операционные системы Microsoft Windows 7 Enterprise, Microsoft Windows 10 Enterprise для образовательных организаций; 3. Система обнаружения текстовых заимствований Антиплагиат ВУЗ; 4. Антивирус Касперского — антивирусное программное обеспечение; 5. LMS Moodle - модульная объектно-ориентированная динамическая среда обучения (Software free General Public License (GPL)
Самостоятельная работа			

11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Лекции	Учебная аудитория № 118. Столы, стулья для обучающихся; стол, стул и трибуна для преподавателя; доска аудиторная; проектор мультимедийный EPSON EB-X6, ноутбук.
Практические занятия	Спортивный зал №1: Щиты баскетбольные; Стойки волейбольные; Сетка волейбольная; Вышка для судейства в волейболе; Стенка шведская; Скамейки гимнастические; Мячи футбольные; Мячи волейбольные; Мячи баскетбольные; Маты гимнастические; Столы для настольного тенниса; Турник; Ракетки для большого тенниса; Ракетки для настольного тенниса; Ракетки для бадминтона; Воланчики; Мячики для настольного тенниса; Мячики для большого тенниса; Ворота для мини-футбола; Сетка для

	настольного тенниса; Мецин. Бол.; Обручи; Скакалки; Диски; Копья (М/Ж); Ядра (М/Ж); Лыжи пластиковые комплекты. Стадион: Ворота футбольные Малый стадион (футбольный): Ворота футбольные Малый стадион (Баскетбол/Волейбол): Стойки волейбольные; Сетка волейбольная; Щиты баскетбольные. Тренажерный зал № 277 Гантели разновесовые; Дорожки беговые; Велотренажер; Блок горизонтальной тяги; Станок для жима лежа; Тренажер для верхней части мышц груди, отжим от груди сидя; Тренажер для икроножных мышц; Тренажеры для мышц спины и пресса; Тренажеры для пресса; Тренажер для сгиба и разгиба бедра; Стол для армрестлинга; Блины разновесовые; Грифы; Тренажер турник пресс брусья; Скамья Скотта; Тренажер для развития четырехглавой мышцы бедра Хоккейная площадка: Клюшки; Шайбы Зал бокса: Ринг; Мешки боксерские; Груши боксерские; Гири разновесовые; Гантели разновесовые; Канат для перетягивания; Подушка боксерская настенная; Лапы тренерские Зал борьбы: Татами; Маты гимнастические; Ковры борцовские; Манекены борцовские; Скамейка гимнастическая Тяжелая атлетика: Лестница шведская; Турник; Гантели разновесовые; Блины разновесовые; Тренажер для армреслинга; Тренажер Баттерфляй; Велотренажер; Многофункциональный грузоблочный тренажер; Тренажер для жима лежа; Конь гимнастический; Маты гимнастические; Силовой тренажер на свободных весах Гакк Машина; Грифы мужские; Гриф женский; Стойки для грифа
Самостоятельная работа	Читальный зал библиотеки. Стулья, столы (на 120 посадочных мест), доска аудиторная, трибуна, видеопроектор, экран, ноутбук, набор учебно-наглядных пособий, фонд научной и учебной литературы, компьютеры с выходом в Интернет.