МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
Государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Альметьевский государственный нефтяной институт»

УТВЕРЖДАЮ
И.о. ректора АГНИ
_____ А.Ф. Иванов
(подпись) (ФИО)
«__» 06 2020г.

Рабочая программа дисциплины Б1.В.22

ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

Направление подготовки: 21.03.01 – Нефтегазовое дело
Направленности (профили) программы: Эксплуатация и обслуживание объектов добычи нефти.
Бурение нефтяных и газовых скважин.
Эксплуатация и обслуживание объектов транспорта и хранения нефти, газа и продуктов переработки
Квалификация выпускника: бакалавр
Форма обучения: очная, очно-заочная
Язык обучения: русский
Год начала обучения по образовательной программе: 2020

Статус	ФИО	Подпись	Дата
Авторы	Камалиева Г.А. Болгарова М.К., Майорова М.П., Нуриахметова Г.Ф.		15.06.2020 15.06.2020 15.06.2020 15.06.2020
Рецензент	Н.И. Баранкова		16.06.2020
Зав. обеспечивающей кафедрой «Физическая и специальная подготовка»	Г.А. Камалиева		17.06.2020
СОГЛАСОВАНО:			
Зав. выпускающей кафедрой «Разработка и эксплуатация нефтяных и газовых месторождений»	А.В. Насыбуллин		16.06.2020
Зав. выпускающей кафедрой «Бурение нефтяных и газовых скважин»	Л.Б. Хузина		16.06.2020
Зав. выпускающей кафедрой «Транспорт и хранение нефти и газа»	М.М. Алиев		16.06.2020

Альметьевск, 2020

Содержание

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

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

3. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем и на самостоятельную работу обучающихся.

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

4.1. Структура и тематический план контактной и самостоятельной работы по дисциплине.

4.2. Содержание дисциплины.

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

6. Фонд оценочных средств по дисциплине.

6.1. Перечень оценочных средств

6.2. Уровень освоения компетенций и критерии оценивания результатов обучения

6.3. Варианты оценочных средств

6.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций

7. Перечень основной, дополнительной учебной литературы и учебно-методических изданий, необходимых для освоения дисциплины

8. Перечень профессиональных баз данных, информационных справочных систем и информационных ресурсов, необходимых для освоения дисциплины

9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.

10. Перечень информационных технологий.

11. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине.

12. Средства адаптации преподавания дисциплины к потребностям обучающихся лиц с ограниченными возможностями здоровья.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1. Аннотация рабочей программы дисциплины

Приложение 2. Лист внесения изменений

Приложение 3. Фонд оценочных средств

Рабочая программа дисциплины **«Элективные дисциплины по физической культуре и спорту»** разработана Камалиевой Г.А., Болгаровой М.К., Майоровой М.П., Нуриахметовой Г.Ф.

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

Компетенции обучающегося и индикаторы достижения компетенций, формируемые в результате освоения дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту»:

Оцениваемые компетенции (код, наименование)	Код и наименование индикатора (индикаторов) достижения компетенции	Результаты освоения компетенции	Оценочные средства текущего контроля и промежуточной аттестации
УК-6 «Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни»	**УК-6.1.** **Знать:** - основные приемы эффективного управления собственным временем; - основные методики самоконтроля, саморазвития и самообразования на протяжении всей жизни. **УК-6.2.** **Уметь:** - эффективно планировать и контролировать собственное время; - использовать методы саморегуляции, саморазвития и самообучения. **УК-6.3.** **Владеть:** - методами управления собственным временем; -технологиями приобретения, использования и обновления социокультурных и профессиональных знаний, умений и навыков; - методиками саморазвития и самообразования в течение всей жизни.	**Знать:** -методики самооценки, самоконтроля и саморазвития с использованием подходов здоровьесбережения. **Уметь:** -решать задачи собственного личностного и профессионального развития, определять и реализовывать приоритеты совершенствования собственной деятельности; - применять методики самооценки и самоконтроля; - применять методики, позволяющие улучшить и сохранить здоровье в процессе жизнедеятельности. **Владеть:** - технологиями и навыками управления своей познавательной деятельностью и ее совершенствования на основе самооценки, самоконтроля и принципов самообразования в течение всей жизни, в	**Текущий контроль:** Аудиторная работа Тестирование физических качеств **Промежуточная аттестация:** Зачет

		том числе с использованием здоровье сберегающих подходов и методик.	
УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	**УК 7.1.Знать:** - виды физических упражнений; - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества; - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек, здорового образа жизни и стиля жизни. **УК 7.2. Уметь:** - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки – использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни. **УК 7.3. Владеть:** - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	**Знать:** - о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни. **Уметь:** - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, повышения работоспособности и достижения жизненных и профессиональных целей. **Владеть:** - методами самостоятельного, методически правильного использования средств физического воспитания и системой практических умений и навыков, обеспечивающими повышение двигательных и функциональных возможностей организма, готовность к полноценной социальной и профессиональной деятельности, совершенствование морально-волевых и психофизических качеств личности. - должен демонстрировать способность и готовность: применять результаты освоения	**Текущий контроль:** Аудиторная работа Тестирование физических качеств **Промежуточная аттестация:** Зачет

		дисциплины для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	

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

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» входит в состав Блока 1 «Дисциплины (модули)» и относится к вариативной части основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 21.03.01– Нефтегазовое дело, направленности (профили) подготовки:

- «Эксплуатация и обслуживание объектов добычи нефти» - Б1.В.21;
- «Бурение нефтяных и газовых скважин» - Б1.В.22;
- «Эксплуатация и обслуживание объектов транспорта и хранения нефти, газа и продуктов переработки» - Б1.В.25;

Осваивается на 1,2,3 курсах в 1,2,3,4,5,6 семестрах[1]/1,2,3 курсах в 1,2,3,4,5,6 семестрах[2]/1,2,3 курсах[3].

3. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость дисциплины составляет:

Зачетные единицы: НЕТ.

Контактная работа –328[1]/328[2]/324[3]часов, в том числе практические занятия – 328/328/4 часов.

КСР – -/-/2ч.

Самостоятельная работа – -/-/324часов.

Форма контроля дисциплины: зачет в 2,4,6 семестре/2,4,6 семестре/зачет на 3 курсе.

---

[1] Очная форма обучения

[2] Очная форма обучения(СПО)

[3]Очно-заочная форма обучения(направленность (профиль) программы «Эксплуатация и обслуживание объектов добычи нефти»)

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

4.1. Структура и тематический план контактной и самостоятельной работы по дисциплине «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту»

Тематический план дисциплины

Очная форма обучения/Очная форма обучения (СПО) (направленность (профиль) программы «Эксплуатация и обслуживание объектов добычи нефти»)

	Тема дисциплины	семестр	Виды контактной работы, их трудоемкость (в часах)		Самостоятельная работа
			Лекции, ч.	Практические занятия, ч.	
I курс					
1	Спортивные игры	1	-	34	-
	Общая физическая подготовка	1	-		
	Адаптивная физическая культура	1	-		
	Методико-практическое занятие: Физическая культура в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента. Основы техники безопасности на занятиях по физической культуре и спорту.	1	-		-
	Итого за I семестр	**1**		**34**	
2	Спортивные игры	2	-	51	-
	Общая физическая подготовка	2	-		-
	Адаптивная физическая культура	2	-		-
	Методико-практическое занятие: Социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания.	2	-		-
	Итого за II семестр	**2**	**-**	**51**	**-**
II курс					
3	Спортивные игры	3	-	68	-
	Общая физическая подготовка	3	-		-
	Адаптивная физическая культура	3	-		-
	Методико-практическое занятие: Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности.	3	-		-
	Итого за III семестр	**3**	**-**	**68**	**-**
4	Спортивные игры: волейбол	4	-	51	-
	Общая физическая подготовка	4			-
	Адаптивная физическая культура	4	-		-
	Методико-практическое занятие: Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе.	4	-		
	Итого за IV семестр	**4**	**-**	**51**	**-**
III курс					
5	Спортивные игры: волейбол	5	-	68	-

	Общая физическая подготовка	5	-		-
	Адаптивная физическая культура	5	-		-
	Методико-практическое занятие: Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятий.	5	-		-
	Итого за V семестр	**5**	**-**	**68**	**-**
6	Спортивные игры: волейбол	6	-	56	-
	Общая физическая подготовка	6	-		-
	Адаптивная физическая культура	6			
	Методико-практическое занятие: Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов.	6	-		-
	Итого за VI семестр	**6**	**-**	**56**	-
	Итого по дисциплине		**-**	**328**	**-**

Очно-заочное обучение (направленность (профиль) программы «Эксплуатация и обслуживание объектов добычи нефти»)

	Тема дисциплины	**курс**	**Виды контактной работы, их трудоемкость (в часах)**		**Самостоятельная работа**
			Лекции, ч.	**Практические занятия, ч.**	
I курс					
1	Спортивные игры	1	-		108
	Общая физическая подготовка	1	-		
	Адаптивная физическая культура	1	-		
	Методико-практическое занятие: Физическая культура в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента. Основы техники безопасности на занятиях по физической культуре и спорту.	1	-		
	Итого за 1 курс	**1**			**108**
II курс					
2	Спортивные игры	2	-		108
	Общая физическая подготовка	2	-		
	Адаптивная физическая культура	2	-		
	Методико-практическое занятие: Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности.	2	-		
	Итого за IIкурс	**2**	**-**		**108**
III курс					
3	Спортивные игры: волейбол	3	-	4	108
	Общая физическая подготовка	3	-		
	Адаптивная физическая культура	3	-		
	Методико-практическое занятие: Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятий.	3	-		
	Итого за III курс	**3**	**-**	**4**	**108**
	Итого по дисциплине		**-**	**4**	**324**

4.2 Содержание дисциплины

Теоретический материал.

Материал предусматривает овладение студентами системой научно-практических и специальных знаний, необходимых для понимания природных и социальных процессов функционирования физической культуры общества и личности, умения их адаптивного, творческого использования для личностного и профессионального развития, самосовершенствования, организации здорового образа жизни при выполнении учебной, профессиональной и социокультурной деятельности. Материал реализуется в ходе проведения практических занятий.

Практический раздел.

Учебный материал раздела направлен на повышение уровня функциональных и двигательных способностей, формирование необходимых качеств и свойств личности, на овладение методами и средствами физкультурно-спортивной деятельности, на приобретение личного опыта направленного использования средств физической культуры и спорта. Практический раздел программы реализуется на учебно-тренировочных занятиях в составе СМГ.

Практический учебный материал для СМГ разработан с учетом показаний и противопоказаний для каждого студента. Учебный материал имеет корригирующую и оздоровительно-профилактическую направленность. Он включает в себя три направления: практические занятия со студентами СМГ А, методические занятия со студентами СМГ Б, практические учебно-тренировочные занятия со студентами с ОВЗ. При реализации учебного материала осуществляется индивидуальный дифференцированный подход к содержательной части в зависимости от уровня функциональной и физической подготовленности студента, характера и выраженности структурных и функциональных нарушений в его организме, вызванных временными или постоянными патологическими факторами.

В процессе освоения дисциплины обучающимся предоставляется возможность выбора вида двигательной активности (вида спорта) и право перехода из спортивно-подготовительных групп одного вида спорта в группы другого вида спорта, которое осуществляется по их желанию только после успешного окончания семестра/учебного года.

Спортивные игры. *Баскетбол.* Основы техники безопасности на занятиях. Занятия по баскетболу включают: общую физическую подготовку, специальную физическую подготовку (упражнения для развития, силы, быстроты, общей и скоростной выносливости, прыгучести, гибкости, скоростной реакции, упражнения для развития ориентировки); освоение техники передвижений, остановки и поворотов без мяча и с мячом, передачи мяча одной и двумя руками на месте и в движении, ловли мяча одной и двумя руками, ведения мяча, обводка противника, бросков мяча с места, в движении, одной и двумя руками. Осваиваются: обманные движения (финты), финт на проход, финт на бросок в корзину, финт на рывок; техника защиты; техника перемещений (основная, защитная стойка и все виды перемещений защитника),

техника овладения мячом, вырывание и выбивание мяча, перехват; противодействие ведению, проходам, броскам в корзину; овладение мячом, отскочившим от щита. Правила игры и основы судейства.

Волейбол. Занятия включают: изучение, овладения основными приемами техники волейбола (перемещения, приемы и передачи мяча, подачи, нападающие удары, блокирование). Совершенствование навыков игры в волейбол. Общая и специальная подготовка волейболиста. Техника и тактика игры. Правила соревнований, основы судейства.

Общая физическая подготовка (ОФП):

Общая физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств). Основы техники безопасности на занятиях. Средства и методы ОФП: строевые упражнения, общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами. Упражнения для воспитания силы: упражнения с отягощением, соответствующим собственному весу, весу партнера и его противодействию, с сопротивлением упругих предметов (эспандеры и резиновые амортизаторы), с отягощением (гантели, набивные мячи). Упражнения для воспитания выносливости: упражнения или элементы с постепенным увеличением времени их выполнения. Упражнения для воспитания гибкости. Методы развития гибкости: активные (простые, пружинящие, маховые), пассивные (с самозахватами или с помощью партнера). Упражнения для воспитания ловкости. Методы воспитания ловкости. Использование подвижных игр, гимнастических упражнений. Упражнения для воспитания быстроты. Совершенствование двигательных реакций повторным реагированием на различные (зрительные, звуковые, тактильные) сигналы.

Техника выполнения легкоатлетических упражнений. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами лёгкой атлетики. Специальная физическая подготовка в различных видах лёгкой атлетики. Способы и методы самоконтроля при занятиях лёгкой атлетикой. Особенности организации и планирования занятий лёгкой атлетикой в связи с выбранной профессией.

Адаптивная физическая культура.

Скандинавская ходьба. Техника безопасности на занятиях скандинавской ходьбой. История возникновения скандинавской ходьбы. Правила подбора одежды и инвентаря для занятий. Методы развития выносливости. Принципы организации тренировочных занятий. Объем и интенсивность нагрузки. Методы самоконтроля за самочувствием. Ходьба без палок. Спортивная ходьба. Ходьба по ровной местности. Ходьба по пересеченной местности. Ходьба в гору. Ходьба со спусков. Ходьба по мягкому и твердому грунту. Ходьба по снегу и льду. Ходьба с разной интенсивностью. Преодоление препятствий с палками. Трекинг. Траверс склонов вверх и вниз. Чередование различных способов ходьбы.

Оздоровительный бег. Влияние занятий оздоровительным бегом на организм занимающихся. Методики развития выносливости средствами упражнений легкой атлетики. Техника, принципы, средства и методы оздоровительного бега.

Оздоровительная и корригирующая гимнастика. Ознакомление с основными оздоровительными системами. Показания и противопоказания к занятиям физическими упражнениями при различных заболеваниях. Дыхательные упражнения, упражнения для формирования правильной осанки, ОРУ с предметами и без предметов, упражнения у гимнастической стенки, упражнения в висах и упорах, упражнения в равновесии, специальные упражнения из нетрадиционных видов гимнастики: аэробики, атлетической гимнастики, стретчинга, упражнения на тренажерах, разнообразные комплексы общеразвивающих упражнений, элементы специальной физической подготовки, подвижные игры для развития силы, быстроты, общей и силовой выносливости, прыгучести, гибкости, ловкости, координационных способностей, социально и профессионально необходимых двигательных умений и навыков.

Методико-практические занятия:

Физическая культура в профессиональной подготовке студентов и социокультурное развитие личности студента. Основы техники безопасности на занятиях по физической культуре и спорту. Социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности, факторам среды обитания. Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности. Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе. Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятий. Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов.

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

Часы на самостоятельную работу не предусмотрены учебным планом.

6. Фонд оценочных средств по дисциплине

Перечень оценочных средств текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине приведен в Фонде оценочных средств (приложение 3 к данной рабочей программе).

6.1. Перечень оценочных средств по дисциплине «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту»

Этап формирования компетенций	**Вид оценочного средства**	**Оцениваемые компетенции**	**Контролируемые разделы (темы) дисциплины**
Семестр 1			
	Текущий контроль		

	Аудиторная работа Тестирование физических качеств	УК-6 УК-7	Спортивные игры. Общая физическая подготовка. Адаптивная физическая культура (практические занятия). Методико-практические занятия.
Семестр 2			
	Текущий контроль		
	Аудиторная работа Тестирование физических качеств	УК-6 УК-7	Спортивные игры. Общая физическая подготовка. Адаптивная физическая культура (практические занятия). Методико-практические занятия.
	Зачет	УК-6 УК-7	
Семестр 3			
	Текущий контроль		
	Аудиторная работа Тестирование физических качеств	УК-6 УК-7	Спортивные игры. Общая физическая подготовка. Адаптивная физическая культура (практические занятия). Методико-практические занятия.
Семестр 4			
	Текущий контроль		
	Аудиторная работа Тестирование физических качеств	УК-6 УК-7	Спортивные игры. Общая физическая подготовка. Адаптивная физическая культура (практические занятия). Методико-практические занятия.
Семестр 5			
	Текущий контроль		
	Аудиторная работа Тестирование физических качеств	УК-6 УК-7	Спортивные игры. Общая физическая подготовка. Адаптивная физическая культура (практические занятия). Методико-практические занятия.
Семестр 6			
	Текущий контроль		
	Аудиторная работа Тестирование физических качеств	УК-6 УК-7	Спортивные игры. Общая физическая подготовка. Адаптивная физическая культура (практические занятия). Методико-практические занятия.
	Зачет	УК-6 УК-7	

6.2. Уровень освоения компетенций по дисциплине «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту»

№ п/п	Оцениваемые компетенции (код, наименование)	Планируемые результаты обучения	Уровень освоения ко		
			Продвинутый уровень	**Средний уровень**	
			Критерии оценивания резу		
			«отлично» (от 86 до 100 баллов)	**«хорошо» (от 71 до 85 баллов)**	**«**
			Зачтено (от 55 до 100 баллов)		
1	**УК-6** «Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни»	**Знать:** -методики самооценки, самоконтроля и саморазвития с использованием подходов здоровьесбережения.	Сформированные систематические представления об основах физической культуры и здорового образа жизни; способах контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.	Сформированные, но содержащие отдельные пробелы представления об основах правил и способов планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.	Не об ко фи фи по
		Уметь: -решать задачи собственного личностного и профессионального развития, определять и реализовывать приоритеты совершенствования собственной деятельности; - применять методики самооценки и самоконтроля; - применять методики, позволяющие улучшить и сохранить здоровье в процессе жизнедеятельности.	Сформированное умение осуществлять, использовать средства физической культуры для оптимизации работоспособности; делать индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений; применять основные методики самостоятельных занятий и вести контроль за состоянием своего организма.	В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы использования основных методик самостоятельных занятий и вести контроль за состоянием своего организма.	В сис исп инд спо фи
		Владеть: - технологиями и навыками управления своей познавательной деятельностью и ее совершенствования на основе самооценки, самоконтроля и принципов самообразования в течение всей жизни, в том числе с использованием здоровьесберегающих подходов и методик.	Успешное и систематическое владение методами физического воспитания и укрепления здоровья для достижения уровня физической подготовленности к полноценной социальной и профессиональной деятельности.	В целом успешное, но не систематическое владение методами физического воспитания и укрепления здоровья для достижения уровня физической подготовленности к полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Фр ме во зд ур по по и дея

2	**УК-7** - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	**Знать:** - о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни.	Сформированные систематические представления об основах физической культуры и здорового образа жизни; способах контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.	Сформированные, но содержащие отдельные пробелы представления об основах правил и способов планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.	Не об ко фи фи по
		Уметь: - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, повышения работоспособности и достижения жизненных и профессиональных целей.	Сформированное умение осуществлять, использовать средства физической культуры для оптимизации работоспособности; делать индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений; применять основные методики самостоятельных занятий и вести контроль за состоянием своего организма.	В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы использования основных методик самостоятельных занятий и вести контроль за состоянием своего организма.	В сис исп инд спо фи
		Владеть: - методами самостоятельного, методически правильного использования средств физического воспитания и системой практических умений и навыков, обеспечивающими повышение двигательных и функциональных возможностей организма, готовность к полноценной социальной и профессиональной деятельности, совершенствование морально-волевых и психофизических качеств личности. - должен демонстрировать способность и готовность: применять результаты освоения дисциплины для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Успешное и систематическое владение методами физического воспитания и укрепления здоровья для достижения уровня физической подготовленности к полноценной социальной и профессиональной деятельности.	В целом успешное, но не систематическое владение методами физического воспитания и укрепления здоровья для достижения уровня физической подготовленности к полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Фр ме во зд ур по по и де

6.3. Варианты оценочных средств

6.3.1. Аудиторная работа (УК-6, УК-7 –Умения, Владения)

Семестр 1-2

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ: БАСКЕТБОЛ

Примерные варианты заданий:

1.Техника владения мячом
2.Техника игры в нападении
3.Техника игры в защите
4. Тактика игры

ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Примерные варианты заданий:

1.Развитие двигательных качеств
2. Совершенствование двигательных действий

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

Примерные варианты заданий:

1.Техника бега на короткие дистанции
2.Техника бега на средние и длинные дистанции
3. Эстафетный бег
4. Челночный бег

Семестр 3-4

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

Примерные варианты заданий:

1.Техника бега на короткие дистанции
2.Техника бега на средние и длинные дистанции
3. Эстафетный бег
4. Челночный бег

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ: ВОЛЕЙБОЛ

Примерные варианты заданий:

1.Техника игры в нападении
2.Техника игры в защите
3. Тактика игры

ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Примерные варианты заданий:

1.Развитие двигательных качеств
2. Совершенствование двигательных действий

Семестр 5-6

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

Примерные варианты заданий:
1.Техника бега на короткие дистанции
2.Техника бега на средние и длинные дистанции
3. Техника Эстафетный бег
4. Техника Челночный бег
5. Техника Метание гранаты

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ: БАСКЕТБОЛ

Примерные варианты заданий:
1.Техника владения мячом
2.Техника игры в нападении
3.Техника игры в защите
4. Тактика игры

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ: ВОЛЕЙБОЛ

Примерные варианты заданий:
1.Техника игры в нападении
2.Техника игры в защите
3. Тактика игры

ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Примерные варианты заданий:
1.Развитие двигательных качеств
2. Совершенствование двигательных действий
3.Развитие профессиональных двигательных умений и навыков

6.3.2. Тестирование физических качеств(УК-6, УК-7 –Умения, Владения)

Зачетные нормативы и контрольные требования для оценки физической подготовленности студентов основного и спортивного учебного отделений

№ п/п	Содержание	Форма оценки	Сроки
Зачетные нормативы			
1.	Прыжок в длину с места	балл	1-6семестр
2.	Подтягивание на перекладине (муж.)	балл	1-6семестр
3.	Поднимание туловища из положения, лежа, ноги фиксированы(жен.)	балл	1-6семестр
4.	Наклон вперед(расстояние 8 см от кончиков пальцев до плоскости опоры)	балл	1-6семестр
5.	Бег на 100м.	балл	1-6 семестр
6.	Бег на 1000м.	балл	1-6 семестр
Контрольные требования			
1.	В висе поднимание ног до касания перекладины(муж.)	балл	1-6семестр
2.	В висе поднимание ног90 градусов на гимн. стенке (жен)	балл	1-6семестр

3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу(жен.)	балл	1-6семестр
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях(муж.)	балл	1-6семестр
5.	Приседание на одной ноге –количество раз на каждой ноге (жен.)	балл	1-6семестр
6.	Попадание в корзину со штрафной линии из 5-ти бросков	балл	1-2семестр
7.	Комбинационное задание: обводка стоек с ведением и попаданием в кольцо	балл	1-2семестр
8.	Бросок мяча в кольцо в движении с левой и правой стороны (кол-во раз)	балл	1-2 семестр
9.	Комбинационное задание: передачи в тройках, в движении и попаданием в кольцо	балл	5 семестр
10.	Передача мяча над собой двумя руками, кол-во раз	балл	3-4семестр
11.	Подача мяча в площадку, кол-во раз из 5 попыток	балл	3-4семестр
12.	Передача в парах через сетку, кол-во раз	балл	6семестр
13.	Нападающий удар, кол-во раз из 5 попыток	балл	6семестр
14.	Выполнение акробатической комбинации на ковре	зач./незач.	1-2семестр
15.	Составление комплекса упражнений утренней гимнастики	зач./незач.	1-2семестр
16.	Проведение комплекса упражнений	зач./незач.	3-4 семестр
17.	Производственная гимнастика (комплекс упражнений)	зач./незач.	5-6семестр
18.	Ортостатическая проба, динамометрия кисти	зач./незач.	1семестр
19.	Проба Штанге, клиностатическая проба	зач./незач.	3 семестр
20.	Проба Генчи, одномоментная проба	зач./незач.	5семестр

Примечания:1. Общее количество контрольных тестов и зачетных нормативов в каждом семестре 5-6, из них 3–обязательных зачетных, 2-3–контрольных (по выбору преподавателя в соответствии с программой).

2.Содержаниеиобъемзачетныхтребованийинормативовможеткорректировать сяпорешениюкафедрыфизическойиспециальной подготовки.

3.Зачетныенормативыиконтрольныетребованияориентированынаподготовку студентовксдаче норм и требований ГТО

Студенты всех учебных отделений, выполнившие учебную программу в каждом семестре, сдают контрольные требования и зачетные нормативы по дисциплине «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту».

Дляуспешнойсдачиконтрольныхтребованийизачетныхнормативовстудентуре комендуетсядополнительнозаниматьсявовнеучебноевремя.

6.3.3. Реферат

Обучающиеся, освобожденные от практических занятий по состоянию здоровья, самостоятельно пишут работу на заданную тему и сдают преподавателю в письменном виде. В работе производится обзор материала в определённой тематической области, либо предлагается собственное решение теоретической или практической проблемы. Оцениваются проработка источников, изложение материала, формулировка выводов, соблюдение требований к структуре и

оформлению работы, своевременность выполнения. В случае публичной защиты реферата оцениваются также ораторские способности.

Темы рефератов

1. Диагноз и краткая характеристика заболевания студента. Влияние заболевания на личную работоспособность и самочувствие. Медицинские противопоказания при занятиях физическими упражнениями и применения других средств физической культуры при данном заболевании (диагнозе).

2.Лечебная физическая культура и рекомендуемые средства физической культуры при данном заболевании (диагнозе). Составление и демонстрация индивидуального комплекса физических упражнений и доступных средств физической культуры (с указанием дозировки), а также проведение отдельной части профилированного учебно- тренировочного занятия с группой студентов и т.п.).

3. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества, как часть общечеловеческой культуры. Компоненты физической культуры.

4. Организационно-правовые основы физической культуры и спорта.

5. Физическая культура как учебная дисциплина высшего профессионального образования.

6. Физическая культура студента. Организация физического воспитания в вузе.

7. Определение потребностей в занятиях физической культурой и спортом современной молодежи.

8. Формирование мотивации студенческой молодежи к занятиям физической культурой и спортом.

9. Физическая культура и спорт как средства сохранения и укрепления здоровья студентов, их физического и спортивного совершенствования.

10.Средства физической культуры и спорта.

11. Организм человека как единая саморазвивающаяся, саморегулируемая биологическая система.

12. Физиологические изменения в организме человека, связанные с процессом тренировки.

13. Функциональная активность человека и взаимосвязь физической и умственной деятельности.

14. Утомление и восстановление при физической и умственной работе.

15. Рациональное питание при различных режимах двигательной активности.

16. Витамины и их роль в обмене веществ. Регуляция обмена веществ.

17. Обмен энергии. Состав пищи и суточный расход энергии.

18. Двигательная активность и повышение устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды.

19. Внешнее и внутреннее дыхание. Максимальное потребление кислорода, как основной показатель резервов здоровья человека.

6.3.4. Зачет

6.3.4.1. Порядок проведения

Зачет формируется по результатам текущего контроля, без дополнительного опроса, так как в течение семестра проводится необходимое количество контрольных мероприятий, которые в своей совокупности проверяют уровень сформированности соответствующих компетенций.

6.3.4.2. Критерии оценивания

Для получения зачета общая сумма баллов за контрольные мероприятия текущего контроля (с учетом поощрения обучающегося за участие в научной деятельности или особые успехи в изучении дисциплины) должна составлять от 55 до 100 баллов.

Оценивание уровня освоения дисциплины осуществляется в соответствии с балльно-рейтинговой системой, разработанной кафедрой физической и специальной подготовки, которая доводится до студентов на первом аудиторном занятии.

По дисциплине предусмотрен зачет. Критерием успешности освоения материала в основном и спортивном отделениях является экспертная оценка преподавателя, учитывающая регулярность посещения обязательных учебных занятий, знаний разделов программы и выполнения на оценку «удовлетворительно» и выше тестов общей физической и спортивно-технической подготовки для отдельных групп различной спортивной направленности, а также установленных в данном семестре требований.

Обучающиеся в специальном медицинском отделении выполняют разделы программы, контрольно-зачетные тесты и требования, в соответствии с учебной программой.

Итоговая отметка по дисциплине «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» в специальных медицинских группах выставляется с учетом практических знаний (двигательных умений и навыков, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивно – оздоровительную деятельность), а также с учетом динамики физической подготовленности и посещаемости занятий.

Основной акцент в оценивании учебных достижений по физический культуре обучающихся, имеющих выраженные отклонения в состоянии здоровья, должен быть сделан на стойкой их мотивации к занятиям физическими упражнениями и динамике их физических возможностей. При самых незначительных положительных изменениях в физических возможностях обучающегося, которые обязательно должны быть замечены преподавателем и сообщены занимающемуся, выставляется положительная отметка.

Положительная оценка (зачет) выставляется также обучающемуся, который не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков, умений и развитии физических качеств, но регулярно посещал занятия по физической культуре, старательно выполнял задания преподавателя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной,

корригирующей гимнастики, необходимыми знаниями в области физической культуры и другими разделами программного материала.

Обучающиеся, отнесенные по состоянию здоровья к специальной медицинской группе (ЛФК), освобожденные от практических занятий по дисциплине, защищают реферативную работу по рекомендованной тематике. Если работа получила положительную оценку, то обучающемуся засчитывается освоение текущего раздела учебной программы и делается соответствующая запись в зачетной книжке.

Обучающиеся, имеющие временное освобождение от практических занятий и выполнившие необходимые задания (реферативная работа) и требования, получают «зачет» по дисциплине за текущий семестр.

6.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций

В ГБОУ ВО АГНИ действует балльно-рейтинговая система оценки знаний обучающихся.

Общие положения:

Принципы балльно-рейтинговой системы
оценки знаний студентов

Итоговая семестровая оценка знаний студентов определяется как суммарный результат семестровых, текущих и промежуточных тестов (до 100 баллов). Он формируется из следующих составляющих:

- баллов текущих и промежуточных по результатам приема практических контрольных нормативов, а также учета посещаемости занятий – 55 баллов – 100 баллов.

Рейтинг является обобщенным показателем качества обучения студентов и определяется как суммарный результат контроля знаний и умений в виде недифференцированного зачета.

Порядок выставления рейтинговой оценки

1. До начала семестра преподаватель составляет рейтинговую систему оценки знаний студентов по дисциплине, с разбивкой ее по текущим аттестациям, включает ее в рабочую программу.

2. Преподаватель обязан на первом занятии довести до студентов условия рейтинговой системы оценивания знаний и умений по дисциплине.

3. После проведения контрольных испытаний преподаватель обязан ознакомить студентов с их результатами и по просьбе студента объяснить объективность выставленной оценки.

4. В случае пропусков занятий по неуважительной причине студент имеет право добрать баллы после изучения всех модулей до начала экзаменационной сессии.

5. Если сумма баллов за итоговую аттестацию менее 55 баллов студент имеет право добрать баллы после окончания семестра во время консультаций, назначенных преподавателем.

6. При условии отработки пропущенных по неуважительной причине практических занятий преподаватель добавляет баллы к результатам следующей аттестации. В этом случае выставленный балл может превышать предел, определенный ППС для этой аттестации.

7. Преподаватель несет ответственность за правильность подсчета итоговых баллов.

8. Преподаватель не имеет право аннулировать баллы, полученные студентом во время семестра, и обязан учитывать их при выведении итоговой оценки.

9. В экзаменационный лист преподаватель проставляет итоговую сумму баллов, полученную при аттестации по всем модулям.

10. До начала экзаменационной сессии преподаватель обязан сдать зачетно-экзаменационную ведомость (с указанием набранных студентами баллов) в деканат.

Участие в спортивных соревнованиях
предусматривает дополнительные баллы:

- за сборную команду института: одно соревнование – 3 балла;
- за сборную команду факультета: одно соревнование – 2 балла;
- судейство соревнований – 2 балла (по направлению преподавателя, но не более 10 баллов за семестр);
- за методико-практическую деятельность –от 1 до 5 баллов (зависит от качества выполнения).

Студентам спортивного отделения (члены сборной команды) в случае успешного участия в соревнованиях и регулярной посещаемости тренировочных занятий начисляется 100 баллов. При невыполнении требований студенты отчисляются из спортивного отделения и аттестуются в соответствии с требованиями для студентов основного отделения.

Распределение рейтинговых баллов по дисциплине

Д.М. 1.1; 1.2; 3.1; 3.2; 5.1; 5.2

№ п/п	Виды работ	Максимальный балл
Текущий контроль		
1	Аудиторная работа(учет посещаемости, выполнение заданий)	32
2	Тестирование физических качеств	18
Итого:		50

Зачетные нормативы для оценки физической и технической подготовленности студентов. Мужчины

№	Тесты	Оценка в баллах				
		3	2	1	0,7	0,5
1.	Бег на 100 м (сек)	13,2	13,8	14,0	14,3	14,6
2.	Бег на 1000 м (мин)	3,20	3,40	4,00	4,20	4,40
3.	Подтягивание на перекладине, (кол-во раз) до 85кг.	15	12	9	7	5
	Свыше 85 кг.	12	10	7	4	2
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамейке (см)	13	10	7	6	3
5.	Прыжок в длину с места (см)	240	230	225	215	210
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз)	60	50	40	30	20
	За 1 минуту (кол-во раз)	45	40	35	30	25

Зачетные нормативы для оценки физической и технической подготовленности студентов. Женщины

№	Тесты	Оценка в баллах				
		3	2	1	0,7	0,5
1.	Бег на 100 м (сек)	15,7	16,0	17,0	17,9	18,7
2.	Бег на 1000 м (мин)	4,20	4,40	5,00	5,20	5,40
3.	Подтягивание из виса лежа, (кол-во раз)	20	15	12	10	8
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамейке (см)	16	14	11	8	6
5.	Прыжок в длину с места (см)	180	170	160	150	140
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз)	60	50	40	30	20
	За 1 минуту (кол-во раз)	45	40	35	30	25

Д.М. 2.1; 2.2; 4.1; 4.2; 6.1; 6.2

№ п/п	Виды работ	Максимальный балл
Текущий контроль		
1.	Аудиторная работа(учет посещаемости, выполнение заданий)	32
2.	Тестирование физических качеств	18
Итого:		50

Контрольные тесты для оценки физической и технической подготовленности студентов.

Раздел дисциплины: Легкая атлетика (ОФП)

мужчины

№	Тесты	Оценка в баллах				
		3	2	1	0,7	0,5
1.	Приседания на одной ноге (кол-во раз)	14	12	10	8	6
2.	Сгибание и разгибание рук на брусьях (кол-во раз)	15	12	9	8	6
3.	Поднимание ног к перекладине (кол-во раз)	10	7	5	4	3

женщины

№	Тесты	Оценка в баллах				
		3	2	1	0,7	0,5
1.	Приседания на одной ноге(кол-во раз)	12	10	8	7	6
2.	Сгибание и разгибание рук из упора лежа (кол-во раз)	15	12	10	8	6
3.	Поднимание ног 90 град. В висе на гимнастической стенке (кол-во раз)	15	12	10	8	6

Раздел дисциплины: баскетбол

Семестр	Тесты	Оценка в баллах				
		3	2	1	0,7	0,5
1-2	из 5 штрафных бросков, кол-во раз попаданий в кольцо	5	4	3	2	1
1-2	Комбинационное задание: обводка стоек с ведением и попаданием в кольцо	Учитывается техника ведения и попадания в кольцо				
3-4	Бросок мяча в кольцо в движении с левой и правой стороны (кол-во раз)	5	4	3	2	1
3-4	Комбинационное задание: передачи в тройках, в движении и попаданием в кольцо	Учитывается техника передач и попадания в кольцо				

Раздел дисциплины: волейбол

Семестр	Тесты	Оценка в баллах				
		3	2	1	0,7	0,5
3-4	передача мяча над собой двумя руками, кол-во раз	20	18	16	14	12
3-4	Подача мяча в площадку, кол-во раз из 5 попыток	5	4	3	2	1
4-6	Передача в парах через сетку, кол-во раз	20	18	16	14	12
4-6	Нападающий удар, кол-во раз из 5 попыток	5	4	3	2	1

Раздел дисциплины: ОФП

Семестр	Контрольное требование	Форма оценки	Критерии оценки
1-2	Выполнение акробатической комбинации на ковре	Зачет / незачет	В зависимости от качества выполнения. Составление конспекта, терминология, управление группой, командный голос
1-2	Составление комплекса упражнений утренней гимнастики		
3-4	Проведение комплекса упражнений		
5-6	Производственная гимнастика(комплекс упражнений)		

Раздел дисциплины: методико-практическое занятие

Семестр	Контрольное требование	Форма оценки	Критерии оценки
1	ортостатическая проба, динамометрия кисти	Зачет / незачет	По таблицам оценки результатов
3	проба Штанге, клиностатическая проба		
5	проба Генчи, одномоментная проба		

В соответствии с Учебным планом направления подготовки 21.03.01 – «Нефтегазовое дело» по дисциплине «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» предусмотрен **зачет во 2, 4, 6 семестрах.**

7. Перечень основной, дополнительной учебной литературы и учебно-методических изданий, необходимых для освоения дисциплины

№ п/п	Библиографическое описание	Количество печатных экземпляров или адрес электронного ресурса	Коэффициент обеспеченности
Основная литература			
1.	Алёшин, В. В. Физическая подготовка студента [Электронный ресурс]: учебное пособие / В. В. Алёшин, С. Ю. Татарова, В. Б. Татаров. — Электрон.текстовые данные. — М.: Научный консультант, 2018. — 98 c. — 978-5-6040844-8-9.	http://www.iprbookshop.ru	1
2.	Быченков, С. В. Теория и	Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru	1

	организация физической культуры в вузах [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / С. В. Быченков, А. В. Курбатов, А. А. Сафонов. — Электрон.текстовые данные. — Саратов: Вузовское образование, 2018. — 242 c. — 978-5-4487-0110-8.		
3.	Каткова, А. М. Физическая культура и спорт [Электронный ресурс]: учебное наглядное пособие / А. М. Каткова, А. И. Храмцова. — Электрон.текстовые данные. — М.: Московский педагогический государственный университет, 2018. — 64 c. — 978-5-4263-0617-2.	Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru	1
4.	Балтрунас, М. И. Теория и методика обучения физической культуре [Электронный ресурс] : учебное пособие / М. И. Балтрунас, С. В. Быченков. — Электрон.текстовые данные. — Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2019. — 135 c. — 978-5-4486-0765-3.	Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru	1
Дополнительная литература			
1.	Дисько, Е. Н. Основы теории и методики спортивной тренировки [Электронный ресурс]: учебное пособие / Е. Н. Дисько. — Электрон.текстовые данные. — Минск : Республиканский институт профессионального образования (РИПО), 2018. — 252 c. — 978-985-503-802-4.	Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru	1
2.	Якимов, А. М. Инновационная тренировка выносливости в циклических видах спорта [Электронный ресурс] / А. М. Якимов, А. С. Ревзон. — Электрон.текстовые данные. — М.: Издательство «Спорт», 2018. — 100 c. — 978-5-9500178-3-4.	Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru	1
3.	Тычинин, Н. В. Элективные курсы по физической культуре и спорту : учебное пособие / Н. В. Тычинин ; под редакцией В. М. Суханов. — Воронеж : Воронежский государственный университет инженерных	http://www.iprbookshop.ru	1

	технологий, 2017. — 64 c. — ISBN 978-5-00032-250-5. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS		
Учебно-методические издания			
1.	Болгарова М.К., Камалиева Г.А. «Средства, методы и формы проведения подготовительной части занятия по физической культуре»: учебно-методическое пособие по дисциплине «Физическая культура и спорт» для бакалавров всех направлений подготовки очной формы обучения. – Альметьевск: АГНИ, 2017г. -44с.	http://elibrary.agni-rt.ru	1
2.	Нуриахметова Г.Ф., .Камалиева Г.А. «Методика оценки физического развития и работоспособности студентов»: учебно-методическое пособие по дисциплине «Физическая культура и спорт» для бакалавров всех направлений подготовки очной формы обучения. – Альметьевск: АГНИ, 2018г. -20с.	http://elibrary.agni-rt.ru	1
3.	Нуриахметова Г.Ф., М.П. Майорова «Методы коррекции нарушения осанки физическими упражнениями» учебно-методическое пособие по дисциплине «Физическая культура и спорт» для бакалавров всех направлений подготовки очной формы обучения. – Альметьевск: АГНИ, 2019г. -20с.	http://elibrary.agni-rt.ru	1
4.	Болгарова М.К., Камалиева Г.А. «Развитие быстроты в спортивных играх» учебно-методическое пособие по дисциплине «Физическая культура и спорт» для бакалавров всех направлений подготовки очной формы обучения. – Альметьевск: АГНИ, 2019г. -32 с.	http://elibrary.agni-rt.ru	1
5.	Камалиева Г.А. «Физическая культура и спорт. Методико-практический раздел» Учебно-методическое пособие по дисциплине «Физическая	http://elibrary.agni-rt.ru	1

	культура и спорт» для бакалавров всех направлений подготовки очной формы обучения. – Альметьевск: АГНИ, 2020г. - 139 с.		
6.	Баранкова Н.И., Нуриахметова Г.Ф. «Методика обучения акробатическим упражнениям» учебно-методическое пособие для бакалавров всех направлений очной формы обучения. – Альметьевск: АГНИ, 2020г. - 26с.	http://elibrary.agni-rt.ru	1
7.	Камалиева Г.А., Болгарова М.К. «Методика обучения технике передачи мяча двумя руками сверху в волейболе» учебно-методическое пособие для бакалавров всех направлений очной формы обучения. – Альметьевск: АГНИ, 2020г. - 32 с.	http://elibrary.agni-rt.ru	1
8.	Нуриахметова Г.Ф., Баранкова Н.И. «Методика обучения технике бега на короткие дистанции» учебно-методическое пособие для бакалавров всех направлений очной формы обучения. – Альметьевск: АГНИ.-2020г. - 25 с.	http://elibrary.agni-rt.ru	1
9.	Майорова М.П., Нуриахметова Г.Ф. «Силовая подготовка» учебно-методическое пособие для бакалавров всех направлений очной формы обучения. – Альметьевск: АГНИ, 2020г. -25 с.	http://elibrary.agni-rt.ru	1
10.	Болгарова М.К., Камалиева Г.А. «Техника владения мячом в баскетболе» учебно-методическое пособие для бакалавров всех направлений очной формы обучения. – Альметьевск: АГНИ, 2020г. - 33 с.	http://elibrary.agni-rt.ru	1
11.	Камалиева Г.А., Болгарова М.К. «Волейбол» методические указания по проведению практических занятий для бакалавров направления подготовки 21.03.01 очной формы обучения. – Альметьевск: АГНИ, 2020г. - 25с.	http://elibrary.agni-rt.ru	1
12.	Болгарова М.К., Камалиева Г.А.	http://elibrary.agni-rt.ru	1

	«Баскетбол» методические указания по проведению практических занятий для бакалавров направления подготовки 21.03.01 очной формы обучения. – Альметьевск: АГНИ, 2020г. – 30с.		
13	Майорова М.П., Баранкова Н.И. «Общая физическая подготовка» методические указания для бакалавров направления подготовки 21.03.01 очной формы обучения. – Альметьевск: АГНИ, 2020г. – 42с.	http://elibrary.agni-rt.ru	1
14.	Нуриахметова Г.Ф. «Легкая атлетика» методические указания по проведению практических занятий для бакалавров направления подготовки 21.03.01 очной формы обучения. – Альметьевск: АГНИ, 2020г. -46 с.	http://elibrary.agni-rt.ru	1

8. Перечень профессиональных баз данных, информационных справочных систем и информационных ресурсов, необходимых для освоения дисциплины

№ п/п	Наименование	Адрес в Интернете
1	Учебно-методическая литература для учащихся и студентов, размещенная на сайте «Studmed.ru»	http://www.studmed.ru
2	Единое окно доступа к информационным ресурсам	http://window.edu.ru
3	Российская государственная библиотека	http://www.rsl.ru
4	Электронная библиотека Elibrary	http://elibrary.ru
5	Электронно-библиотечная система IPRbooks	http://iprbookshop.ru
6	Электронная библиотека АГНИ	http://elibrary.agni-rt.ru

9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Врачебные обследования студента осуществляются до начала учебных занятий по физическому воспитанию ежегодно, а также 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 «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» не допускаются.

Для проведения практических занятий студенты распределяются в учебные отделения: основное, специальное и спортивное.

Распределение в учебные отделения проводится в начале учебного года с учетом пола, состояния здоровья (медицинского заключения), физического развития, физической и спортивной подготовленности.

В основное отделение зачисляются студенты, отнесенные к основной и подготовительной медицинским группам. Они занимаются по программе общей физической подготовки.

В специальное учебное отделение зачисляются студенты, отнесенные по данным медицинского обследования в специальную медицинскую группу.

Студенты, освобожденные по состоянию здоровья от практических занятий на длительный срок, зачисляются в специальное учебное отделение для освоения доступных им разделов учебной программы с начала семестра или сразу после получения медицинского заключения.

Спортивное отделение – учебные группы по видам спорта (системам физических упражнений) - состоит из спортивно-подготовительных групп и групп спортивного совершенствования (сборные команды АГНИ по видам спорта). В спортивно-подготовительные группы зачисляются студенты второго и старших курсов основной медицинской группы, не имеющие противопоказаний для занятий данным видом спорта или системой физических упражнений, показавшие хорошую общую физическую и спортивную подготовленность и желание углубленно заниматься одним из видов спорта, занятия по которым организованы в институте. Спортивно-подготовительные группы готовят разрядников.

В группы спортивного совершенствования зачисляются студенты основной медицинской группы, имеющие спортивную квалификацию или имеющие хорошую общую физическую и достаточную спортивную подготовку, а также перспективные студенты-спортсмены в избранном виде спорта. Занятия групп спортивного совершенствования проводятся от 4 до 8 часов в неделю.

Студенты спортивного учебного отделения выполняют обязательные требования и нормативы (тесты), установленные для основного отделения, и в те же сроки. Отдельные студенты спортивного отделения, имеющие высокую спортивную квалификацию, могут быть переведены на индивидуальный график занятий избранным видом спорта с выполнением в установленные сроки обязательных зачетных требований и тестов.

В отдельных случаях к занятиям в спортивном отделении могут быть допущены студенты 1 курса, имеющие достаточную физическую и специальную подготовленность в избранном виде спорта.

Перевод студентов из спортивно-подготовительных групп одного вида спорта в группы другого вида спорта осуществляется по их желанию только после успешного окончания учебного года. В случае изменения медицинской группы студента, переход студента в соответствующее отделение осуществляется в течение семестра.

Для изучения дисциплины также, используется система дистанционного обучения АГНИ «Цифровой университет» (СДО АГНИ), созданная да платформе

MOODLE, которая позволяет организовать контактную работу обучающихся посредством сети «Интернет» в удаленном режиме доступа. При этом трудоемкость дисциплины и контактной работы, материалы, используемые для проведения занятий, соответствуют учебному плану, РПД и позволяют полностью освоить заданные компетенции. Вид и форма лекционного материала и материала для практических занятий определяется преподавателем и размещается в СДО АГНИ «Цифровой университет».

10. Перечень информационных технологий

№ п/п	Наименование программного обеспечения	Лицензия	Договор
1	Microsoft Office Professional Plus 2016 Rus Academic OLP (Word, Excel, PowerPoint, Access)	№67892163 от 26.12.2016г.	№0297/136 от 23.12.2016г.
2	Microsoft Office Standard 2016 Rus Academic OLP (Word, Excel, PowerPoint)	№67892163 от 26.12.2016г.	№0297/136 от 23.12.2016г.
3	Microsoft Windows Professional 10 Rus Upgrade Academic OLP	№67892163 от 26.12.2016г.	№0297/136 от 23.12.2016г.
4	ABBYY FineReader 12 Professional	№197059 от 26.12.2016г.	№0297/136 от 23.12.2016г.
5	Kaspersky Endpoint Security длябизнеса – Стандартный Russian Edition	№ 24C419102314302083078 4	BP00347095-CT/582 от 10.10.2019г.
6	Электронно-библиотечная система IPRbooks		Лицензионный договор №494 от 01.10.2019г.
7	ПО «Автоматизированная тестирующая система»	Свидетельство государственной регистрации программ для ЭВМ № 2014614238 от 01.04.2014 г.	

11. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по данной дисциплине

Освоение дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» предполагает использование нижеперечисленного материально-технического обеспечения:

№ п/п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Ул. Р. Фахретдина, 42. Спортивный зал **В-111**	Баскетбольные щиты, волейбольные стойки, сетка,

		судейская вышка. мячи баскетбольные; мячи волейбольные; мячи мини-футбол; гимнастические скамейки; обручи; скакалки; барьеры; ориентиры; табло информационное
2.	Ул. Р. Фахретдина, 42. Зал гимнастики**В-139**	Мужские параллельные брусья, конь гимнастический, гири, гантели канат, боксерские мешки, маты, борцовский ковер (12х12), многофункциональные тренажеры: тренажер для укрепления мышц верхних и нижних конечностей; мышц живота; скамья для жима лежа со страховочными упорами; стойка универсальная; гимнастическая стенка; чучело борцовское; телевизор Samsung PSD450
3.	Ул. Р. Фахретдина, 42. Мини-стадион открытого типа: - беговая дорожка 200м., - площадка для игры: в баскетбол, - волейбол, - мини-футбол, - гимнастический городок	щиты баскетбольные, мячи баскетбольные; мячи волейбольные, сетка волейбольная; футбольные ворота, мячи минифутбольные; параллельные брусья, рукоход, перекладины, скамья для пресса, тренажер для мышц рук, тренажер для мышц ног гимнастическая скамья
4.	Ул. Р. Фахретдина, 42. Методический кабинет **В-106**	Диагностическая система Валента, Велоэргометр, медицинские весы, ростомер, кушетка, столы и стулья
5.	Ул. Р. Фахретдина, 42. Учебная аудитория для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, самостоятельной работы **В-308**	1. Компьютер в комплекте с монитором ITCorp 3250 – 11 шт. с обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду института. 2. ПроекторBenQ MX717 Экраннаштативе Принтер HP LJ P3015d

		Сканер Epson Perfection V33
6.	Ул. Р. Фахретдина, 42. Учебный корпус В, аудитория **В-134** (учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа)	1. Компьютер в комплекте с монитором 2. Проектор BenQMX704 3. Экран с электроприводом

12. Средства адаптации преподавания дисциплины к потребностям обучающихся лиц с ограниченными возможностями здоровья

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

- применение дистанционных образовательных технологий для передачи информации, организации различных форм интерактивной контактной работы обучающегося с преподавателем;

- применение дистанционных образовательных технологий для организации форм текущего контроля;

- увеличение продолжительности сдачи обучающимся лицам с ограниченными возможностями здоровья форм промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности их сдачи:

- продолжительности сдачи зачёта или экзамена, проводимого в письменной форме, - не более чем на 90 минут;

- продолжительности подготовки обучающегося к ответу на зачёте или экзамене, проводимом в устной форме, - неболее чем на 20 минут;

- продолжительности выступления обучающегося при защите курсовой работы (проекта) - не более чем на 15 минут.

Для обеспечения образования лиц с ограниченными возможностями здоровья реализация дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» может осуществляться в адаптированном виде, с учетом индивидуальных возможностей обучающегося.

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО и учебным планом по направлению подготовки 21.03.01 – «Нефтегазовое дело направленности (профили) программы: «Эксплуатация и обслуживание объектов добычи нефти». «Бурение нефтяных и газовых скважин».«Эксплуатация и обслуживание объектов транспорта и хранения нефти, газа и продуктов переработки».

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

АННОТАЦИЯ
рабочей программы дисциплины (модуля)

«Элективные дисциплины по физической культуре и спорту»
(наименование дисциплины)

по направлению подготовки
Нефтегазовое дело

Направленности (профили)программы
Эксплуатация и обслуживание объектов добычи нефти
Бурение нефтяных и газовых скважин
Эксплуатация и обслуживание объектов транспорта и хранения нефти, газа и продуктов переработки

Оцениваемые компетенции (код, наименование)	**Код и наименование индикатора (индикаторов) достижения компетенции**	**Результаты освоения компетенции**	**Оценочные средства текущего контроля и промежуточной аттестации**
УК-6 «Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни»	**УК-6.1.** **Знать:** - основные приемы эффективного управления собственным временем; - основные методики самоконтроля, саморазвития и самообразования на протяжении всей жизни. **УК-6.2.** **Уметь:** - эффективно планировать и контролировать собственное время; - использовать методы саморегуляции, саморазвития и самообучения. **УК-6.3.** **Владеть:** - методами управления собственным временем; -технологиями приобретения, использования и обновления социокультурных и профессиональных знаний, умений и навыков; - методиками саморазвития и	**Знать:** -методики самооценки, самоконтроля и саморазвития с использованием подходов здоровьесбережения. **Уметь:** -решать задачи собственного личностного и профессионального развития, определять и реализовывать приоритеты совершенствования собственной деятельности; - применять методики самооценки и самоконтроля; - применять методики, позволяющие улучшить и сохранить здоровье в процессе жизнедеятельности. **Владеть:** - технологиями и	**Текущий контроль:** Аудиторная работа Тестирование физических качеств **Промежуточная аттестация:** Зачет

	самообразования в течение всей жизни.	навыками управления своей познавательной деятельностью и ее совершенствования на основе самооценки, самоконтроля и принципов самообразования в течение всей жизни, в том числе с использованием здоровьесберегающих подходов и методик.	
УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	**УК 7.1.Знать:** - виды физических упражнений; - роль и значение физической культуры в жизни человека и общества; - научно-практические основы физической культуры, профилактики вредных привычек, здорового образа жизни и стиля жизни. **УК 7.2. Уметь:** - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки – использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни. **УК 7.3. Владеть:** - средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	**Знать:** - о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни. **Уметь:** - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, повышения работоспособности и достижения жизненных и профессиональных целей. **Владеть:** - методами самостоятельного, методически правильного использования средств физического воспитания и системой практических умений и навыков, обеспечивающими повышение двигательных и функциональных возможностей организма, готовность	**Текущий контроль:** Аудиторная работа Тестирование физических качеств **Промежуточная аттестация:** Зачет

		к полноценной социальной и профессиональной деятельности, совершенствование морально-волевых и психофизических качеств личности. - должен демонстрировать способность и готовность: применять результаты освоения дисциплины для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	

Место дисциплины в структуре ОПОП ВО	Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» входит в состав Блока 1 «Дисциплины (модули)» и относится к вариативной части основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 21.03.01– Нефтегазовое дело, направленности (профили) подготовки: - «Эксплуатация и обслуживание объектов добычи нефти» - Б1.В.21; - «Бурение нефтяных и газовых скважин» - Б1.В.22; - «Эксплуатация и обслуживание объектов транспорта и хранения нефти, газа и продуктов переработки» - Б1.В.25; Осваивается на 1,2,3 курсах в 1,2,3,4,5,6 семестрах[1]/1,2,3 курсах в 1,2,3,4,5,6 семестрах[2]/1,2,3 курсах[3].
Общая трудоемкость дисциплины (в зачетных единицах и часах)	Зачетных единиц по учебному плану: **Нет** Часов по учебному плану: **328** ч.
Виды учебной работы	Контактная работа – 328[1]/328[2]/324[3] ч., в том числе практические занятия – 328/328/4 ч. КСР – -/-/2ч. Самостоятельная работа – -/-/324 ч.
Изучаемые темы (разделы)	1. Спортивные игры 2. Общая физическая подготовка 3. Адаптивная физическая культура. 4. Методико-практические занятия
Форма промежуточной аттестации	зачет в 2,4,6 семестре/ 2,4,6 семестре/ зачет на 3 курсе.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

УТВЕРЖДАЮ

Первый проректор АГНИ

_____

(подпись) (И.О. Фамилия)

«___» _____ 20___г.

ЛИСТ ВНЕСЕНИЯ ИЗМЕНЕНИЙ
к рабочей программе дисциплины
«ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ»

по направлению подготовки
Нефтегазовое дело

Направленности (профили) программы
Эксплуатация и обслуживание объектов добычи нефти
Бурение нефтяных и газовых скважин
Эксплуатация и обслуживание объектов транспорта и хранения нефти, газа и продуктов переработки

на 20__/20__ учебный год

В рабочую программу вносятся следующие изменения:

_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

Изменения в рабочей программе рассмотрены и одобрены на заседании кафедры «Физическая и специальная подготовка»

протокол № _____от "_____" _____ 20___г.

Зав. обеспечивающей кафедры
«Физическая и специальная подготовка» Г.А. Камалиева