

Министерство сельского хозяйства Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Санкт-Петербургский государственный аграрный университет»

Энергетический институт
Кафедра электроэнергетики и электрооборудования

УТВЕРЖДЕНО

Директор энергетического
(наименование института)

Г.В. Медведев
(подпись ФИО,)

01 июля 2025

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»
основной профессиональной образовательной программы –
образовательной программы высшего образования

Уровень профессионального образования
высшее образование – бакалавриат

13.03.02 Электроэнергетика и электротехника

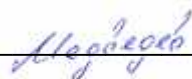
Направленность (профиль) образовательной программы

Электроснабжение

Форма обучения
очная

Санкт-Петербург
2025

Декан факультета



Г.В. Медведев

Заведующий выпускающей
кафедрой



В.В. Троценко

Руководитель образовательной
программы



В.В. Троценко

Разработчик, доцент, к.т.н.



В.В. Троценко

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий библиотекой



Н.А. Борош

СОДЕРЖАНИЕ

- 1 Результаты обучения по дисциплине (модулю)
- 2 Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы
- 3 Структура и содержание дисциплины (модуля)
- 4 Учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)
 - 4.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства
 - 4.2 Учебное обеспечение дисциплины (модуля)
 - 4.3 Методическое обеспечение дисциплины (модуля)
 - 4.4 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы
- 5 Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)
- 6 Особенности реализации дисциплины в отношении лиц из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

1 Результаты обучения по дисциплине

Результаты обучения по дисциплине представлены в таблице 1.

Таблица 1. Результаты обучения по дисциплине

№ п/п	Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Код и наименование результата обучения
1	УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ИУК-7.1 выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания должного уровня физической подготовленности с учетом физиологических особенностей организма	З- ИУК-7.1 знать: основные здоровьесберегающие технологии для поддержания должного уровня физической подготовленности с учетом физиологических особенностей организма У- ИУК-7.1 уметь: выбирать здоровьесберегающие технологии для поддержания должного уровня физической подготовленности с учетом физиологических особенностей организма В- ИУК-7.1 владеть: способностью выбирать здоровьесберегающие технологии для поддержания должного уровня физической подготовленности с учетом физиологических особенностей организма
		ИУК-7.2 планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	З- ИУК-7.2 знать: основные способы планирования своего рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности У- ИУК-7.2 уметь: планировать свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности В- ИУК-7.2 владеть: способностью планирования своего рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности

		ИУК-7.3 владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования	З- ИУК-7.3 знать: основные средства и методы укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования У- ИУК-7.3 уметь: владеть средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физически самосовершенствоваться В- ИУК-7.3 владеть: способностью укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования
--	--	---	--

2 Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Дисциплина относится к обязательной части Блока 1 «Дисциплины (модули)» образовательной программы.

3 Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зач. ед. / 72 ч. (таблица 2).

Содержание дисциплины представлено в таблицах 3 – 6.

Таблица 2. Структура дисциплины

№ п/п	Форма обучения	Формы образовательной деятельности							Форма промежуточной аттестации	Итого
		контактная работа						самостоятельная работа обучающихся		
		занятия лекционного типа		занятия семинарского типа		групповые консультации	промежуточная аттестация			
		всего	в том числе в форме практической подготовки	всего	в том числе в форме практической подготовки					
1	очная	16	0	0	0			56	Зачет с оценкой	72

Таблица 3. Содержание дисциплины

№ п/п	Название раздела дисциплины	Форма образовательной деятельности	Количество часов		
			очная форма обучения	очно-заочная форма обучения	заочная форма обучения
1	2	4	5	6	7
1	Основные понятия и определения в области физической культуры	занятия лекционного типа	всего	4	
			в том числе в форме практической подготовки		
		занятия семинарского типа	всего		
			в том числе в форме практической подготовки		
		самостоятельная работа обучающихся		14	
2	Анатомо-морфологические и физиологические основы жизнедеятельности организма человека при занятиях физической культурой	занятия лекционного типа	всего	4	
			в том числе в форме практической подготовки		
		занятия семинарского типа	всего		
			в том числе в форме практической подготовки		
		самостоятельная работа обучающихся		14	
3	Методические и практические основы физического воспитания	занятия лекционного типа	всего	4	
			в том числе в форме практической подготовки		
		занятия семинарского типа	всего		
			в том числе в форме практической подготовки		
		самостоятельная работа обучающихся		14	
4	Основы развития физических качеств	занятия лекционного типа	всего	4	
			в том числе в форме практической подготовки		
		занятия семинарского	всего		

		типа	в том числе в форме практической подготовки			
		самостоятельная работа обучающихся		14		
Итого				72		

Таблица 4. Содержание занятий лекционного типа

№ п/п	Название раздела дисциплины	Содержание занятий лекционного типа	Код результата обучения	Количество часов		
				очная форма обучения	очно- заочная форма обучения	заочная форма обучения
1	2	3	4	5	6	7
1	Основные понятия и определения в области физической культуры	Физическая культура	УК-7	1		
		Физическое воспитание	УК-7	1		
		Физическое развитие	УК-7	1		
		Физическое совершенство	УК-7	1		
2	Анатомо-морфологические и физиологические основы жизнедеятельности организма человека при занятиях физической культурой	Костная система и ее функции	УК-7	1		
		Общее представление о мышечной системе и ее функциях	УК-7	1		
		Кровь как физиологическая система, жидкая ткань, орган	УК-7	1		
		Сердечно-сосудистая система	УК-7	1		
3	Методические и практические основы физического воспитания	Методические принципы физического воспитания	УК-7	1		
		Физическое упражнение – основное средство физического воспитания	УК-7	1		
		Техническая подготовка и обучение двигательным действиям	УК-7	1		
		Физическая подготовка	УК-7	1		
4	Основы развития физических качеств	Средства развития силы	УК-7	1		
		Методы воспитания силы	УК-7	1		
		Оценка уровня силового развития	УК-7	1		
		Применение стимуляторов	УК-7	1		

Итого		16		
--------------	--	-----------	--	--

Таблица 6. Содержание и формы самостоятельной работы обучающихся

№ п/ п	Название раздела дисциплины	Формы и содержание самостоятельной работы обучающихся	Код результата обучения	Количество часов		
				очная форма обучения	очно- заочная форма обучения	заочная форма обучения
1	2	3	4	5	6	7
1	Основные понятия и определения в области физической культуры	Физическая культура	УК-7	3		
		Физическое воспитание	УК-7	3		
		Физические развитие	УК-7	3		
		Физическое совершенство	УК-7	3		
2	Анатомо- морфологические и физиологические основы жизнедеятельности организма человека при занятиях физической культурой	Костная система и ее функции	УК-7	3		
		Общее предоставление о мышечного системе и ее функциях	УК-7	3		
		Кровь как физиологическая система, жидкая ткань, орган	УК-7	3		
		Сердечно-сосудистая система	УК-7	3		
3	Методические и практические основы физического воспитания	Методические принципы физического воспитания	УК-7	4		
		Физическое упражнение – основное средство физического воспитания	УК-7	4		
		Техническая подготовка и обучение двигательным действиям	УК-7	4		
		Физическая подготовка	УК-7	4		
4	Основы развития физических качеств	Средства развития силы	УК-7	4		
		Методы воспитания силы	УК-7	4		
		Оценка уровня силового развития	УК-7	4		
		Применение стимуляторов	УК-7	4		
Итого				56		

4 Учебно-методическое обеспечение дисциплины

4.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

Состав лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства, дисциплины представлен в таблице 7.

Таблица 7. Программное обеспечение дисциплины

№ п/п	Программное обеспечение	Страна производства	Реквизиты документа
Лицензионное программное обеспечение			
1	Пакет обновления КОМПАС-3D до версий v20 и v21	Россия	Сублицензионный договор № АСЗ-21-01346 от 26.08.2021
2	SmetaWIZARD версия v.4	Россия	Сублицензионный договор № 2600.СЛ.В-2021 от 21.04.2021
3	ИАС «СЕЛЭКС» - Молочный скот. Племенной учет в хозяйствах. Учебная версия	Россия	Договор о предоставлении неисключительной (простой) лицензии № 1131/78 от 29.07.2021
4	nanocAD	Россия	Партнерское соглашение № НР-22/269-АУЦ
5	НордМастер® + НордКлиент®	Россия	Лицензионное соглашение № 2017052
6	Microsoft	США	Контракт на оказание услуг № 03721000213210000390001 от 22.12.2021
Свободно распространяемое программное обеспечение			
7	Adobe Acrobat Reader DC	США	открытое лицензионное соглашение GNU
8	Adobe Foxit Reader	США	открытое лицензионное соглашение GNU
9	WinRar	США	открытое лицензионное соглашение GNU
10	7Zip	США	открытое лицензионное соглашение GNU
11	Google Chrome	США	открытое лицензионное соглашение GNU
12	Mozilla Firefox	США	открытое лицензионное соглашение GNU
13	Linux	Финляндия	открытое лицензионное соглашение GNU
14	Scilab	Франция	открытое лицензионное соглашение GNU

4.2 Учебное обеспечение дисциплины

Учебное обеспечение дисциплины представлено в таблице 8.

Таблица 8. Обеспеченность дисциплины учебными изданиями

№ п/п	Учебное издание	Вид учебного издания	Количество экземпляров (указывается только для печатных изданий)
1	Никифорова О. Н., Макарова Э. В. Дисциплина «Физическая культура и спорт» в аграрном вузе (теоретический раздел) : учебное пособие / О.Н. Никифорова, Э.В. Макарова; Российский государственный аграрный университет – МСХА имени К. А. Тимирязева. - М. : РГАУ-МСХА имени К. А. Тимирязева, 2020. – 142 с.- Текст : электронный.	Электронный ресурс	

4.3 Методическое обеспечение дисциплины

Методическое обеспечение дисциплины представлено в таблице 9.

Таблица 9. Обеспеченность дисциплины методическими изданиями

№ п/п	Методическое издание	Вид методического издания	Количество экземпляров (указывается только для печатных изданий)
1	Никифорова О. Н., Макарова Э. В. Дисциплина «Физическая культура и спорт» в аграрном вузе (теоретический раздел) : учебное пособие / О.Н. Никифорова, Э.В. Макарова; Российский государственный аграрный университет – МСХА имени К. А. Тимирязева. - М. : РГАУ-МСХА имени К. А.	Электронный ресурс	

	Тимирязева, 2020. – 142 с.- Текст : электронный.		
--	---	--	--

4.4 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Состав современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем дисциплины представлен в таблице 10.

Таблица 10. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

№ п/п	Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы	Режим доступа
1	Научная электронная библиотека e-library.ru	открытый
2	«Университетская библиотека онлайн»	открытый
3	ЭБС издательство «Лань» http://e. landbook.com	открытый

5 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Материально-техническое обеспечение дисциплины представлено в таблице 11.

Таблица 11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

№ п/п	Наименование помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом, в том числе помещения для самостоятельной работы, с указанием перечня основного оборудования, технических средств обучения используемого программного обеспечения	Адрес (местоположение) помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом
1	2	3
1	1. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа 1.1 Аудитория № 1116 Перечень основного оборудования - посадочные места с партами и скамьями на 200 человек, доска. Перечень технических средств обучения - ноутбук - 1шт.; мультимедийный проектор - 1шт.; экран переносной - 1 шт. Программное обеспечение 1. Adobe Acrobat Reader DC 2. WinRar 3. Google Chrome 4. Microsoft	196601, Санкт-Петербург, город Пушкин, Петербургское шоссе, дом 2, литера А
2	2. Учебные аудитории для проведения занятий семинарского типа 2.1 Аудитория № 1536. Перечень основного оборудования - парты и скамьи на 26 обучающихся, стол и стул преподавателя. Перечень технических средств обучения – отсутствует. Программное обеспечение отсутствует.	196601, Санкт-Петербург, город Пушкин, Петербургское шоссе, дом 2, литера А
3	3. Учебные аудитории для проведения групповых консультаций 3.1 Спортивный зал. Перечень основного оборудования – скамьи на 50 обучающихся. Перечень технических средств обучения – спортивный инвентарь. Программное обеспечение отсутствует.	196601, Санкт-Петербург, город Пушкин, Петербургское шоссе, дом 2, литера А
4	4. Учебные аудитории для проведения самостоятельной работы обучающихся 4.1 Спортивный зал. Перечень основного оборудования – скамьи на 50 обучающихся.	196601, Санкт-Петербург, город Пушкин, Петербургское шоссе, дом 2, литера А

№ п/п	Наименование помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом, в том числе помещения для самостоятельной работы, с указанием перечня основного оборудования, технических средств обучения используемого программного обеспечения	Адрес (местоположение) помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом
	Перечень технических средств обучения – спортивный инвентарь. Программное обеспечение отсутствует.	
5	5. Учебные аудитории для проведения промежуточной аттестации 5.1 Аудитория № 1536. Перечень основного оборудования - парты и скамьи на 26 обучающихся, стол и стул преподавателя. Перечень технических средств обучения – отсутствует. Программное обеспечение отсутствует.	196601, Санкт-Петербург, город Пушкин, Петербургское шоссе, дом 2, литера А

