Министерство образования и науки Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
Пермский национальный исследовательский

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе,
доктор технических наук, профессор

21.05.05 «Физические процессы горного или нефтегазового производства»
21.05.06 «Нефтегазовые техника и технологии»
22.03.01 «Материаловедение и технологии материалов»
22.03.02 «Металлургия»
23.03.03 «Эксплуатация транспортно-технологических машин и комплексов»
24.03.02 «Системы управления движением и навигация»
24.03.05 «Двигатели летательных аппаратов»
24.05.02 «Проектирование авиационных и ракетных двигателей»
27.03.02 «Управление качеством»
27.03.04 «Управление в технических системах»
27.03.05 «Инноватика»
28.03.03 «Наноматериалы»
38.03.01 «Экономика»
38.03.02 «Менеджмент»
38.03.03 «Управление персоналом»
38.03.04 «Государственное и муниципальное управление»
39.03.01 «Социология»
42.03.01 «Реклама и связи с общественностью»
44.03.04 «Профессиональное обучение (по отраслям)»
45.03.02 «Лингвистика»
54.03.01 «Дизайн»

Квалификация выпускника: **бакалавр /специалист по защите информации/ инженер/ инженер-геодезист/горный инженер-геолог/ горный инженер (специалист)**

Форма обучения: **очная**

Курс: 1/2 **Семестр(ы)**: 1/3

Трудоёмкость:
- кредитов по рабочему учебному плану: 2 ЗЕ
- часов по рабочему учебному плану: 72 час.

Виды контроля:
Зачет: **1 сем.** Диф. зачёт: **3 сем.** Курсовой проект: **-** Курсовая работа: **-**

Пермь-2017

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура» разработана на основании:

- государственных образовательных стандартов высшего образования, утверждённых приказами федеральных Министерства образования и науки Российской Федерации по направлениям (специальностям) подготовки:

«12» марта 2015 г. номер приказа «228» по направлению 01.03.02 Прикладная математика и информатика;
«12» марта 2015 г. номер приказа «201» по направлению 08.03.01 Строительство;
«12» января 2016 г. номер приказа «5» по направлению 09.03.01 Информатика и вычислительная техника;
«12» марта 2015 г. номер приказа «219» по направлению 09.03.02 Информационные системы и технологии;
«12» марта 2015 г. номер приказа «207» по направлению 09.03.03 Прикладная информатика;
«12» марта 2015 г. номер приказа «229» по направлению 09.03.04 Программная инженерия;
«01» декабря 2016 г. номер приказа «1515» по направлению 10.03.01 Информационная безопасность;
«01» декабря 2016 г. номер приказа «1509» по специальности 10.05.03 Информационная безопасность автоматизированных систем;
«06» марта 2015 г. номер приказа «174» по направлению 11.03.02 Инфокоммуникационные технологии и системы связи;
«03» сентября 2015 г. номер приказа «958» по направлению 12.03.03 Фотоника и оптоинфоматика;
«03» сентября 2015 г. номер приказа «955» по направлению 13.03.02 Электроэнергетика и электротехника;
«01» октября 2015 г. номер приказа «1083» по направлению 13.03.03 Энергетическое машиностроение;
«03» сентября 2015 г. номер приказа «957» по направлению 15.03.01 Машиностроение;
«20» октября 2015 г. номер приказа «1170» по направлению 15.03.02 Технологические машины и оборудование;
«12» марта 2015 г. номер приказа «220» по направлению 15.03.03 Прикладная механика;
«12» марта 2015 г. номер приказа «200» по направлению 15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств;
«11» августа 2016 г. номер приказа «1000» по направлению 15.03.05 Конструкторско-технологическое обеспечение машиностроительных производств;
«12» сентября 2016 г. номер приказа «1180» по специальности 17.05.02 Стрелково-пушечное, артиллерийское и ракетное оружие;
«11» августа 2016 г. номер приказа «1005» по направлению 18.03.01 Химическая технология;
«12» сентября 2016 г. номер приказа 1176 по специальности 18.05.01 Химическая технология энергонасыщенных материалов и изделий;
«11» марта 2015 г. номер приказа «193» по направлению 19.03.01 Биотехнология;
«21» марта 2016 г. номер приказа «246» по направлению 20.03.01 Техносферная безопасность;
«12» марта 2015 г. номер приказа «226» по направлению 21.03.01 Нефтегазовое дело;
«07» июня 2016 г. номер приказа «674» по специальности 21.05.01 Прикладная геодезия;
«12» мая 2016 г. номер приказа «548» по специальности 21.05.02 Прикладная геология;
«17» октября 2016 г. номер приказа 1289 по специальности 21.05.04 Горное дело;
«12» сентября 2016 г. номер приказа 1156 по специальности 21.05.05 Физические процессы горного или нефтегазового производства;
«01» декабря 2014 г. номер приказа 1530 по специальности 21.05.06 Нефтегазовые техника и технология;
«12» ноября 2015 г. номер приказа «1331» по направлению 22.03.01 Материаловедение и технологии материалов;
«04» декабря 2015 г. номер приказа «1427» по направлению 22.03.02 Металлургия;
«14» декабря 2015 г. номер приказа «1470» по направлению 23.03.03 Эксплуатация транспортно-технологических машин и комплексов;
«04» декабря 2015 г. номер приказа «1428» по направлению 24.03.02 Системы управления движением и навигация;

«09» февраля 2016 г. номер приказа «93» по направлению 24.03.05 Двигатели летательных аппаратов;

«16» февраля 2017 г. номер приказа «141» по специальности 24.05.02 Проектирование авиационных и ракетных двигателей;

«09» февраля 2016 г. номер приказа «92» по направлению 27.03.02 Управление качеством;

«20» октября 2015 г. номер приказа «1171» по направлению 27.03.04 Управление в технических системах;

«11» августа 2016 г. номер приказа «1006» по направлению 27.03.05 Инноватика;

«07» августа 2014 г. номер приказа «938» по направлению 28.03.03 Наноматериалы;

«12» ноября 2015 г. номер приказа «1327» по направлению 38.03.01 Экономика;

«12» января 2016 г. номер приказа «7» по направлению 38.03.02 Менеджмент;

«14» декабря 2015 г. номер приказа «1461» по направлению 38.03.03 Управление персоналом;

«10» декабря 2014 г. номер приказа «1567» по направлению 38.03.04 Государственное и

1. Общие положения

1.1. Цель учебной дисциплины – формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

В результате изучения данной дисциплины студент формирует части следующих компетенций:

Таблица 1.1. Общекультурные компетенции, заданные ФГОС ВО по направлению подготовки

№ п/п	Код направления	Наименование направления	Компетенции, формируемые на основании базовых учебных планов	
			Код компетенции	Формулировка компетенции
1	01.03.02	Прикладная математика и информатика	ОК-7	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)
			ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
2	08.03.01	Строительство	ОК-7	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)
			ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
3	09.03.01	Информатика и вычислительная техника	ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
4	09.03.02	Информационные системы и технологии	ОК-6	Умение применять методы и средства познания, обучения и самоконтроля для интеллектуального развития, повышения культурного уровня, профессиональной компетенции, сохранения своего здоровья, нравственного и физического самосовершенствования (ОК-6)
			ОК-11	Владение средствами самостоятельного, методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья, готовность к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-11)
5	09.03.03	Прикладная информатика	ОК-7	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)
			ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)

6	09.03.04	Программная инженерия	ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
7	10.03.01	Информационная безопасность	ОК-8	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-8)
			ОК-9	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-9)
8	10.05.03	Информационная безопасность автоматизированн ых систем	ОК-8	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-8)
			ОК-9	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-9)
9	11.03.02	Инфокоммуникац ионные технологии и системы связи	ОК-7	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)
			ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
10	12.03.03	Фотоника и оптоинформатика	ОК-7	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)
			ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
11	13.03.02	Электроэнергетик а и электротехника	ОК-7	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)
			ОК-8	Способность использовать методы и инструменты физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
12	13.03.03	Энергетическое машиностроение	ОК-7	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)
			ОК-8	Способность использовать методы и инструменты физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности(ОК-8)
13	15.03.01	Машиностроение	ОК-7	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)
			ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
14	15.03.02	Технологические машины и оборудование	ОК-7	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)
			ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)

15	15.03.03	Прикладная механика	ОК-7	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)
			ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
16	15.03.04	Автоматизация технологических процессов и производств	ОК-5	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-5)
			ОК-7	Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-7)
17	15.03.05	Конструкторско-технологическое обеспечение машиностроительных производств	ОК-5	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-5)
			ОК-7	Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-7)
18	17.05.02	Стрелково-пушечное, артиллерийское и ракетное оружие	ОК-9	Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-9)
19	18.03.01	Химическая технология	ОК-7	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)
			ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
20	18.05.01	Химическая технология энергонасыщенных материалов и изделий	ОК-7	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)
			ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
21	19.03.01	Биотехнология	ОК-7	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)
			ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
22	20.03.01	Техносферная безопасность	ОК-1	Владение компетенциями сохранения здоровья (знание и соблюдение норм ценности культуры, науки, производства, рационального потребления (ОК-1)
			ОК-2	Владение компетенциями ценностно-смысловой ориентации (понимание ценности культуры, науки, производства, рационального потребления (ОК-2)
23	21.03.01	Нефтегазовое дело	ОК-7	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)
			ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)

24	21.05.01	Прикладная геодезия	ОК-9	Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-9)
25	21.05.02	Прикладная геология	ОК-9	Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-9)
26	21.05.04	Горное дело	ОК-7	Готовность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала (ОК-7)
			ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8
27	21.05.05	Физические процессы горного или нефтегазового производства	ОК-7	Готовность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала (ОК-7)
			ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
28	21.05.06	Нефтегазовые техника и технология	ОК-3	Способность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала (ОК-3)
			ОК-9	Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-9)
29	22.03.01	Материаловедение и технологии материалов	ОК-7	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)
			ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
30	22.03.02	Металлургия	ОК-5	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-5)
			ОК-7	Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-7)
31	23.03.03	Эксплуатация транспортно-технологических машин и комплексов	ОК-7	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)
			ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
32	24.03.02	Системы управления движением и навигация	ОК-15	Владение средствами самостоятельного, правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья, готовность к достижению должного уровня физической

				подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-15)
			ОК-17	Владеть культурой мышления и способность к общению, анализу, систематизации, постановке целей и выбору путей их достижения, уметь логически верно аргументировано и ясно строить свою речь (ОК-17)
33	24.03.05	Двигатели летательных аппаратов	ОК-16	Готовность организовать свою жизнь в соответствии с социально-значимыми представлениями о здоровом образе жизни (ОК-16)
			ОК-19	Способность владеть средствами самостоятельного, правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья, готовность к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-19)
34	24.05.02	Проектирование авиационных и ракетных двигателей	ОК-6	Стремление к выстраиванию и реализации перспективных линий интеллектуального, культурного, нравственного, физического и профессионального саморазвития и самосовершенствования.(ОК-6)
			ОК-16	Владение средствами самостоятельного, методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья, готовность к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.(ОК-16)
35	27.03.02	Управление качеством	ОК-7	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)
			ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
36	27.03.04	Управление в технических системах	ОК-7	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)
			ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
37	27.03.05	Инноватика	ОК-7	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)
			ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)

38	28.03.03	Наноматериалы	ОК-7	Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-7)
			ОК-17	Способность применять средства самостоятельного, методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья (ОК-17)
			ОК-18	Готовность к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-18)
39	38.03.01	Экономика	ОК-7	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)
			ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
40	38.03.02	Менеджмент	ОК-6	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-6)
			ОК-7	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-7)
41	38.03.03	Управление персоналом	ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
42	38.03.04	Государственное и муниципальное управление	ОК-7	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)
			ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
43	39.03.01	Социология	ОК-7	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)
			ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
44	42.03.01	Реклама и связи с общественностью	ОК-7	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)
			ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
45	44.03.04	Профессиональное обучение (по отраслям)	ОК-8	Готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность (ОК-8)

46	45.03.01	Лингвистика	ОК-8	Умение применять методы и средства познания, обучения и самоконтроля для своего интеллектуального развития, повышения культурного уровня, профессиональной компетенции, сохранения своего здоровья, нравственного и физического самосовершенствования (ОК-8)
47	54.03.01	Дизайн	ОК-7	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)
			ОК-8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
48	24.05.02 (СУОС)	Проектирование авиационных и ракетных двигателей	АОК-6	Готовность к самостоятельному обучению в профессиональной сфере и новых областях знаний с использованием информационных технологий, непрерывному саморазвитию и самосовершенствованию физического, интеллектуального, общекультурного и профессионального уровня на основе критической самооценки и выбора путей и средств развития достоинств и устранения недостатков (АОК-6)

В целях унификации на основании базовых компетенций выпускника, определенных ФГОС ВО по направлениям подготовки, разработаны следующие унифицированные дисциплинарные общекультурные компетенции (УОК):

УОК-1 - способность применять средства самостоятельного, методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья

УОК-2 способность поддерживать и достигать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Таблица 1.2. Обоснование разработки унифицированных дисциплинарных компетенций

№ п/п	Код направления	Наименование направления	**Соответствие унифицированной дисциплинарной и базовой компетенции ФГОС ВО**	
			Способность применять средства самостоятельного, методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья (УОК-1)	**Способность поддерживать и достигать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УОК-2)**
1	01.03.02	Прикладная математика и информатика	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)

2	08.03.01	Строительство	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
3	09.03.01	Информатика и вычислительная техника		Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
4	09.03.02	Информационные системы и технологии	Владение средствами самостоятельного, методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья, готовность к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-11)	Умение применять методы и средства познания, обучения и самоконтроля для интеллектуального развития, повышения культурного уровня, профессиональной компетенции, сохранения своего здоровья, нравственного и физического самосовершенствования (ОК-6)
5	09.03.03	Прикладная информатика	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
6	09.03.04	Программная инженерия		Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
7	10.03.01	Информационная безопасность	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-8)	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-9)
8	10.05.03	Информационная безопасность автоматизированных систем	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-8)	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-9)

9	11.03.02	Инфокоммуникационные технологии и системы связи	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
10	12.03.03	Фотоника и оптоинформатика	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
11	13.03.02	Электроэнергетика и электротехника	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)	Способность использовать методы и инструменты физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
12	13.03.03	Энергетическое машиностроение	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)	Способность использовать методы и инструменты физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
13	15.03.01	Машиностроение	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
14	15.03.02	Технологические машины и оборудование	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
15	15.03.03	Прикладная механика	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
16	15.03.04	Автоматизация технологических процессов и производств	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-5)	Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-7)

17	15.03.05	Конструкторско-технологическое обеспечение машиностроительных производств	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-5)	Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-7)
18	17.05.02	Стрелково-пушечное, артиллерийское и ракетное оружие		Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-9)
19	18.03.01	Химическая технология	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
20	18.05.01	Химическая технология энергонасыщенных материалов и изделий	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
21	19.03.01	Биотехнология	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
22	20.03.01	Техносферная безопасность		Владение компетенциями сохранения здоровья (знание и соблюдение норм ценности культуры, науки, производства, рационального потребления (ОК-1)
				Владение компетенциями ценностно-смысловой ориентации (понимание ценности культуры, науки, производства, рационального потребления (ОК-2)
23	21.03.01	Нефтегазовое дело	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)

24	21.05.01	Прикладная геодезия		Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-9)
25	21.05.02	Прикладная геология		Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-9)
26	21.05.04	Горное дело	Готовность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала (ОК-7)	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
27	21.05.05	Физические процессы горного или нефтегазового производства	Готовность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала (ОК-7)	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
28	21.05.06	Нефтегазовые техника и технология	Способность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала (ОК-3)	Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-9)
29	22.03.01	Материало-ведение и технологии материалов	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
30	22.03.02	Металлургия	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-5)	Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-7)

31	23.03.03	Эксплуатация транспортно-технологических машин и комплексов	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
32	24.03.02	Системы управления движением и навигация	Владеть культурой мышления и способность к общению, анализу, систематизации, постановке целей и выбору путей их достижения, уметь логически верно аргументировано и ясно строить свою речь (ОК-17)	Владение средствами самостоятельного, правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья, готовность к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-15)
33	24.03.05	Двигатели летательных аппаратов	Готовность организовать свою жизнь в соответствии с социально-значимыми представлениями о здоровом образе жизни (ОК-16)	Способность владеть средствами самостоятельного, правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья, готовность к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-19)
34	24.05.02	Проектирование авиационных и ракетных двигателей	Стремление к выстраиванию и реализации перспективных линий интеллектуального, культурного, нравственного, физического и профессионального саморазвития и самосовершенствования (ОК-6)	Владение средствами самостоятельного, методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья, готовность к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-16)
35	27.03.02	Управление качеством		Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)

36	27.03.04	Управление в технических системах	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
37	27.03.05	Инноватика	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
38	28.03.03	Наноматериалы	Способность применять средства самостоятельного, методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья (ОК-17)	Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-7)
				Готовность к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-18)
39	38.03.01	Экономика	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
40	38.03.02	Менеджмент	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-6)	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-7)
41	38.03.03	Управление персоналом		Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)

42	38.03.04	Государственное и муниципальное управление	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
43	39.03.01	Социология	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
44	42.03.01	Реклама и связи с обществен-ностью	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
45	44.03.04	Профессио-нальное обучение (по отраслям)		Готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность (ОК-8)
46	45.03.01	Лингвистика	Умение применять методы и средства познания, обучения и самоконтроля для своего интеллектуального развития, повышения культурного уровня, профессиональной компетенции, сохранения своего здоровья, нравственного и физического самосовершенствования (ОК-8)	Умение применять методы и средства познания, обучения и самоконтроля для своего интеллектуального развития, повышения культурного уровня, профессиональной компетенции, сохранения своего здоровья, нравственного и физического самосовершенствования (ОК-8)
47	54.03.01	Дизайн	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7)	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8)
48	24.05.02 (СУОС)	Проектирование авиационных и ракетных двигателей		Готовность к самостоятельному обучению в профессиональной сфере и новых областях знаний с использованием информационных технологий, непрерывному саморазвитию и самосовершенствованию физического, интеллектуального, общекультурного и профессионального уровня на основе критической самооценки и выбора путей и средств развития достоинств и устранения недостатков (АОК-6)

1.2. Задачи дисциплины:

- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке её к профессиональной деятельности;
- изучение научно-биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- формирование систем умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

1.3. Предметом освоения дисциплины являются следующие объекты:

- физическая культура как часть общей культуры общества;
- основные понятия, термины физической культуры – «физическое воспитание», «физическое развитие», «физическое совершенство», «физическая подготовка», «физическая подготовленность», «физические упражнения», «физическая рекреация», «двигательная реабилитация»;
- виды физической культуры – базовая (образовательная) физическая культура, спорт, туризм, профессионально-прикладная физическая культура, оздоровительно-рекреационная физическая культура, фоновые виды физической культуры;
- средства и методы физического воспитания;
- основы обучения движениям;
- развитие физических качеств;
- общая и специальная физическая подготовка;
- основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями;
- самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом;
- физическая культура в профессиональной деятельности.

1.4. Место дисциплины в структуре профессиональной подготовки выпускников.

Дисциплина «Физическая культура» относится к базовой части Блока 1 «Дисциплины (модули)» и является обязательной.

После изучения дисциплины обучающийся должен освоить части указанных в пункте 1.1. компетенций и демонстрировать следующие результаты:

- **знать:**

- научно-теоретические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни;
- методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями;
- особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности;
- аспекты социальной адаптации лиц с ограниченными возможностями здоровья средствами физической культуры и спорта;

- **уметь:**

- использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, сохранения и укрепления здоровья;

- **владеть:**

- навыками укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования;
- навыками мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.

2. Требования к результатам освоения учебной дисциплины

Учебная дисциплина обеспечивает формирование унифицированных дисциплинарных общекультурных компетенций УОК-1 и УОК-2.

2.1. Дисциплинарная карта компетенции УОК-1

Код УОК-1 Б1.Б	**Формулировка унифицированной дисциплинарной компетенции:** способность применять средства самостоятельного, методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья

Требования к компонентному составу компетенции

Перечень компонентов	Виды учебной работы	Средства оценки
Знает: - социально-биологические основы физической культуры; - основные требования к организации здорового образа жизни; - критерии эффективности здорового образа жизни; - методические принципы физического воспитания; - спортивную классификацию; - диагностику и самодиагностику состояния организма при регулярных занятиях физкультурой и спортом; - основы профессионально-прикладной физической подготовки; - основы физической культуры в профессиональной деятельности. - научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни; - влияние физкультурно-оздоровительных систем на укрепление здоровья и профилактику заболеваний и вредных привычек; - способы контроля, оценки и коррекции физического развития и физической подготовленности; - правила и способы планирования индивидуальных занятий физической культурой различной целевой направленности.	Лекции. Практические занятия.	Контрольные вопросы к текущего и промежуточного контроля
Умеет: - применять методы и средства физкультурно-спортивной деятельности. - выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, комплексы упражнений; - выполнять простейшие приёмы релаксации; - выполнять приёмы страховки и самостраховки; - осуществлять занятия физической культуры с использованием коллективных форм.	Практические занятия.	Типовые задания к практическим занятиям.
Владеет: - навыками направленного использования средств физической культуры и спорта. - навыками направленного формирования и развития важнейших свойств и качеств личности сохранения и укрепления здоровья, физического развития и подготовленности.	Практические занятия.	Типовые задания к практическим занятиям.

2.2. Дисциплинарная карта компетенции УОК-2

Код УОК-2 Б 1.Б	**Формулировка унифицированной дисциплинарной компетенции:** Способность и готовность к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Требования к компонентному составу компетенции

Перечень компонентов	Виды учебной работы	Средства оценки
Знает: - социально-биологические основы физической культуры; - основные требования к организации здорового образа жизни; - критерии эффективности здорового образа жизни; - диагностику и самодиагностику состояния организма при регулярных занятиях физкультурой и спортом; - основы физической культуры в профессиональной деятельности; - научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни; - способы контроля, оценки и коррекции физического развития и физической подготовленности; - правила и способы планирования индивидуальных занятий физической культурой различной целевой направленности.	Лекции. Практические занятия.	Контрольные вопросы к текущего и промежуточного контроля
Умеет: - применять методы и средства физкультурно-спортивной деятельности; - выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, комплексы упражнений; - выполнять простейшие приёмы релаксации.	Практические занятия.	Типовые задания к практическим занятиям.
Владеет: - навыками направленного формирования и развития важнейших свойств и качеств личности сохранения и укрепления здоровья, физического развития и подготовленности.	Практические занятия.	Типовые задания к практическим занятиям.

3. Структура учебной дисциплины по видам и формам учебной работы

Объем дисциплины в зачетных единицах составляет 2 ЗЕ. Количество часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся указано в таблице 3.1.

Таблица 3.1 – Объём и виды учебной работы

№ п.п.	**Виды учебной работы**	**Трудоёмкость, ч**		
		по семестрам		**всего**
1	2	3	4	5
1		**1 сем**	**2 сем**	
	Аудиторная работа:	18	18	36
	- лекции (Л)	8	8	16
	- практические занятия (ПЗ)	8	8	16
	- контроль самостоятельной работы (КСР)	2	2	4
2	**Самостоятельная работа (СРС)**	18	18	36
	- подготовка к практическим занятиям	18	18	36
3	Промежуточная аттестация (итоговый контроль)	зачёт	диф.зачёт	
4	**Трудоёмкость дисциплины, всего:**			
	в часах (ч)	**36**	**36**	**72**
	в зачётных единицах (ЗЕ)	**1**	**1**	**2**

4. Содержание учебной дисциплины

4.1. Модульный тематический план

Таблица 4.1 – Тематический план по модулям учебной дисциплины

Номер учеб-ного мо-дуля	Номер раздела дисци-плины	Номер наименования темы дисциплины	Количество часов (очная форма обучения)							Трудоёмкость, ч / ЗЕ
			аудиторная работа					промежуточная аттестация	самостоятельная работа	
			всего	Л	ПЗ	ЛР	КСР			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1	1	1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	1	1						1
		2. Социально-биологические основы физической культуры	2	1	1				3	5
		3. Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности	2	1	1				3	5
		4. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности.	4	2	2				4	8
		Средства физической культуры в регулировании работоспособности	3	2	1				3	6
		5. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания	4	1	3				5	9
		6. Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями								
		Итого по модулю 1:	**16**	**8**	**8**	**-**	**2**	**зачет**	**18**	**36**
2	2	7. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений	4	2	2				4	8
		8. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений	4	2	2				6	10
		9. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом	4	2	2				4	8
		10. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов	1	1						1
		11.Физическая культура в профессиональной деятельности	3	1	2				4	7
		Итого по модулю 2:	**16**	**8**	**8**	**-**	**2**	**Диф. зачет**	**18**	**36**

4.2. Содержание разделов и тем учебной дисциплины

Модуль 1. Социально-биологические основы физической культуры

Раздел 1. Социально-биологические основы физической культуры

Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке

Основные понятия. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества. Современное состояние физической культуры и спорта. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». Физическая культура личности. Ценности физической культуры. Физическая культура как учебная дисциплина высшего профессионального образования и целостного развития личности.

Тема 2. Социально-биологические основы физической культуры

Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система. Воздействие природных и социально-экологических факторов на организм и жизнедеятельность человека. Средства физической культуры и спорта в управлении совершенствованием функциональных возможностей организма в целях обеспечения умственной и физической деятельности. Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки. Двигательная функция и повышение устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды.

Тема 3. Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности

Здоровье человека как ценность и факторы, его определяющие. Взаимосвязь общей культуры студента и его образа жизни. Структура жизнедеятельности студентов и ее отражение в образе жизни. Здоровый образ жизни и его составляющие. Личное отношение к здоровью как условие формирования здорового образа жизни. Основные требования к организации здорового образа жизни. Физическое воспитание и самосовершенствование в здоровом образе жизни. Критерии эффективности здорового образа жизни.

Тема 4. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности

Психофизиологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного труда студента. Динамика работоспособности студентов в учебном году и факторы, ее определяющие. Основные причины психофизического состояния студентов в период экзаменационной сессии, критерии нервно-эмоционального и психофизического утомления. Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности, профилактики нервно-эмоционального и психофизического утомления студентов, повышения эффективности учебного труда

Тема 5. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания

Методические принципы физического воспитания. Методы физического воспитания. Основы обучения движениям. Основы совершенствования физических качеств. Формирование психических качеств в процессе физического воспитания.

Общая физическая подготовка, ее цели и задачи. Специальная физическая подготовка, ее цели и задачи. Структура подготовленности спортсмена. Зоны и интенсивность физических нагрузок. Значение мышечной релаксации. Возможность и условия коррекции физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта в студенческом возрасте. Формы занятий физическими упражнениями. Учебно-тренировочное занятие как основная

форма обучения физическими упражнениями. Структура и направленность учебно-тренировочного занятия.

Тема 6. Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями

Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий. Формы и содержание самостоятельных занятий. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности. Характер содержания занятий в зависимости от возраста. Особенности самостоятельных занятий для женщин. Планирование и управление самостоятельными занятиями. Границы интенсивности нагрузок в условиях самостоятельных занятий у лиц различного возраста. Взаимосвязь между интенсивностью нагрузок и уровнем физической подготовленности. Гигиена самостоятельных занятий. Самоконтроль за эффективность самостоятельных занятий. Участие в спортивных соревнованиях.

Модуль 2. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта

Раздел 2. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта

Тема 7. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений

Массовый спорт и спорт высших достижений, их цели и задачи. Спортивная классификация. Студенческий спорт. Особенности организации и планирования спортивной подготовки в вузе. Спортивные соревнования как средство и метод обшей физической, профессионально-прикладной, спортивной подготовки студентов. Система студенческих спортивных соревнований. Общественные студенческие спортивные организации. Олимпийские игры и Универсиады. Современные популярные системы физических упражнений. Мотивация и обоснование индивидуального выбора студентом вида спорта или системы физических упражнений для регулярных занятий. Краткая психофизиологическая характеристика основных групп видов спорта и систем физических упражнений.

Тема 8. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений

Краткая историческая справка. Характеристика особенностей воздействия данного вида спорта (системы физических упражнений) на физическое развитие и подготовленность, психические качества и свойства личности. Модельные характеристики спортсмена высокого класса. Определение цели и задач спортивной подготовки (или занятий системой физических упражнений) в условиях вуза. Возможные формы организации тренировки в вузе.

Перспективное, текущее и оперативное планирование подготовки. основные пути достижения необходимой структуры подготовленности занимающихся. Контроль за эффективностью тренировочных занятий. Специальные зачетные требования и нормы по годам (семестрам) обучения по избранному виду спорта или системе физических упражнений. Календарь студенческих соревнований. Спортивная классификация и правила спортивных соревнований в избранном виде спорта.

Тема 9. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом

Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом. Врачебный контроль, его содержание. Педагогический контроль, его содержание. Самоконтроль, его основные методы, показатели и дневник самоконтроля. Использование методов стандартов, антропометрических индексов, номограмм функциональных проб, упражнений-тестов

для оценки физического развития, телосложения, функционального состояния организма, физической подготовленности. Коррекция содержания и методики занятий физическими упражнениями и спортом по результатам показателей контроля.

Тема 10. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) студентов

Личная и социально-экономическая необходимость специальной психофизической подготовки человека к труду. Определение понятия ППФП, ее цели, задачи, средства. Место ППФП в системе физического воспитания студентов. Факторы, определяющие конкретное содержание ППФП. Методика подбора средств ППФП. Организация, формы и средства ППФП студентов в вузе. Контроль за эффективностью профессионально-прикладной физической подготовленности студентов.

Схема изложения темы на каждом факультете: основные факторы, определяющие ППФП будущего специалиста данного профиля; дополнительные факторы, оказывающие влияние на содержание ППФП по избранной профессии; основное содержание ППФП будущего бакалавра и специалиста; прикладные виды спорта и их элементы. Зачетные требования и нормативы по ППФП по годам обучения (семестрам) для студентов факультета.

Тема 11. Физическая культура в профессиональной деятельности

Производственная физическая культура. Производственная гимнастика. Особенности выбора форм, методов и средств физической культуры и спорта в рабочее и свободное время специалистов. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры. Дополнительные средства повышения общей и профессиональной работоспособности. Влияние индивидуальных особенностей, географо-климатических условий и других факторов.

4.3 Перечень тем практических занятий

Таблица 4.2 – Темы практических занятий

№ п.п.	Номер темы дисциплины	Наименование темы методико-практического занятия	Количество часов
1	2	3	4
	1	Методики эффективных и экономичных способов овладения жизненно важными умениями и навыками (ходьба, передвижение на лыжах, плавание).	
	2	Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применения средств физической культуры для их направленной коррекции.	
	3	Методы регулирования психоэмоционального состояния, применяемые при занятиях физической культурой и спортом.	
	4	Методика индивидуального подхода и применение средств для направленного развития отдельных физических качеств. Средства и методы мышечной релаксации в спорте.	
	5	Методика составления индивидуальных программ физического самовоспитания и занятия с оздоровительной, рекреационной и восстановительной направленностью (медленный бег, плавание, прогулка на лыжах). Методика составления и проведения простейших самостоятельных занятий	

	6 7 8 9	физическими упражнениями гигиенической или тренировочной направленности. Методы самооценки специальной физической и спортивной подготовленности по избранному виду спорта (тесты, контрольные задания). Методика проведения учебно-тренировочного занятия. Методика самоконтроля состояния здоровья и физического развития (стандарты, индексы, программы, формулы и др.). Методы самоконтроля за функциональным состоянием организма (функциональные пробы). Методика проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий и характера труда.	

4.4 Перечень тем лабораторных работ

Не предусмотрены

5. Методические указания для обучающихся по изучению дисциплины

5.1 При изучении дисциплины обучающимся целесообразно выполнять следующие рекомендации:

1. Изучение учебной дисциплины должно вестись систематически.
2. Работа на лекции должна заключаться в ведении конспекта т.е. самостоятельного формулирования основных тезисов и логической структуры излагаемого материала. После изучения какого-либо раздела по учебнику, литературе или конспектным материалам рекомендуется по памяти воспроизвести основные термины, определения, понятия раздела.
3. Особое внимание следует уделить выполнению отчетов по практическим занятиям и индивидуальным комплексным заданиям на самостоятельную работу.
4. Изучение дисциплины осуществляется в течение одного семестра, график изучения дисциплины приводится п.7.
5. Вся тематика вопросов, изучаемых самостоятельно, задается в методических указаниях к практическим занятиям. Там же даются источники и литература (в первую очередь вновь изданные в периодической научной литературе) для более детального понимания рассматриваемых вопросов

5.2. Образовательные технологии, используемые для формирования компетенций

Лекционные занятия – теоретическая часть – формируют мировоззренческую систему научно-практических знаний и отношение к физической культуре;

Практические занятия – обеспечивают овладение методами и способами физкультурно-спортивной деятельности для достижения учебных, профессиональных и жизненных целей личности, приобретение опыта творческой, практической деятельности, развитие самостоятельности в физической культуре и спорте в целях повышения уровня функциональных и двигательных способностей, направленного формирования и развития важнейших свойств и качеств личности.

6. Фонд оценочных средств дисциплины

6.1. Текущий контроль освоения заданных дисциплинарных частей компетенций

Текущий контроль освоения дисциплинарных частей компетенций проводится в следующих формах:

- контрольные работы по темам;
- опрос для анализа усвоения материала предыдущей лекции.

6.2. Рубежный и промежуточный контроль освоения заданных дисциплинарных частей компетенций

Промежуточный контроль по модулям проводится в форме контрольных работ.

6.3. Промежуточная аттестация (итоговый контроль) освоения заданных дисциплинарных частей компетенций

1. **Зачёт, дифференцированный зачет**

Зачет, зачет с оценкой проводится на основании результатов текущего контроля и промежуточного контроля.

Фонд оценочных средств, включающий типовые задания к практическим занятиям, контрольные вопросы, к текущему и промежуточному контролю, методы оценки, критерии оценивания, перечень контрольных точек и таблица планирования результатов обучения, позволяющие оценить результаты освоения данной дисциплины, входит в состав РПД в виде приложения.

6.4. Виды текущего, рубежного и итогового контроля освоения элементов и частей компетенций

Таблица 6.1 - Виды контроля освоения элементов и частей компетенций

Контролируемые результаты освоения дисциплины (ЗУВы)	**Вид контроля**					
	ТК	**РТ**	**ПК**	**ГР (КР)**	**ПЗ**	**Зачёт, диф. зачет**
Знает:						
- социально-биологические основы физической культуры;	+		+			
- основные требования к организации здорового образа жизни;	+		+			
- критерии эффективности здорового образа жизни;	+		+			
- методические принципы физического воспитания;	+		+			
- спортивную классификацию;	+		+			
- диагностику и самодиагностику состояния организма при регулярных занятиях физкультурой и спортом;	+		+			
- основы профессионально-прикладной физической подготовки;	+		+			
- основы физической культуры в профессиональной деятельности;	+		+			
- научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни;	+		+			
- влияние физкультурно-оздоровительных систем на укрепление здоровья и профилактику заболеваний и вредных привычек;	+		+			
- способы контроля, оценки и коррекции физического развития и физической подготовленности;	+		+			

- правила и способы планирования индивидуальных занятий физической культурой различной целевой направленности.	+		+			
Умеет: - применять методы и средства физкультурно-спортивной деятельности; - выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, комплексы упражнений; - выполнять простейшие приёмы релаксации; - выполнять приёмы страховки и самостраховки; - осуществлять занятия физической культуры с использованием коллективных форм.					+ + + + +	
Владеет: - навыками направленного использования средств физической культуры и спорта; - навыками направленного формирования и развития важнейших свойств и качеств личности сохранения и укрепления здоровья, физического развития и подготовленности.					+ +	

ТК – текущий контроль по темам в форме контрольных работ (оценка знаний);
ПК – промежуточный контроль по модулям в форме контрольных работ (оценка знаний);
ПЗ – практические занятия (оценка умений, навыков).

7. График учебного процесса по дисциплине

Таблица 7.1 – График учебного процесса по дисциплине (1 семестр)

Вид работы	**Распределение часов по учебным неделям**																		**Итого, ч**
	1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**	**15**	**16**	**17**	**18**	
Раздел:	**Р1**																		
Лекции																			**8**
Практические занятия																			**8**
КСР																			**2**
Самостоятельная работа																			**18**
Модуль:	**М1**																		
Контрольные работы																	+		
Дисциплин. контроль		+															+		**Зачёт**

Таблица 7.2 – Продолжение графика учебного процесса по дисциплине (2 семестр)

Вид работы	**Распределение часов по учебным неделям**																		**Итого, ч**
	1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**	**15**	**16**	**17**	**18**	
Раздел:	**Р2**																		
Лекции																			**8**
Практические занятия																			**8**
КСР																			**2**
Самостоятельная работа																			**18**
Модуль:	**М2**																		
Контрольные работы																	+		
Дисциплин. контроль		+															+		**Диф. зачёт**

8. Перечень учебно-методического и информационного обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

8.1 Карта обеспеченности дисциплины учебно-методической литературой

Физическая культура и спорт	**Блок 1 «Дисциплины (модули)»** (цикл дисциплины)	
	[X] базовая часть цикла [ ] вариативная часть цикла	[X] обязательная [ ] по выбору студента

(индекс и полное название дисциплины)

01.03.02 (ММ, МИЭ)	Прикладная математика и информатика
45.03.02 (ПР)	Лингвистика
44.03.04 (ПО)	Профессиональное обучение (по отраслям)
28.03.03	Наноматериалы
38.03.01 (ЭУПМ,ЭУПН, ЭУПС,ОПД,ФПП,Э,ЭБП, ЭПП,СИНС,БУ,ФК)	*Экономика*
38.03.02 (МК)	Менеджмент
38.03.03 (УП)	Управление персоналом
38.03.04 (ГМУ)	Государственное и муниципальное управление
39.03.01	Социология
10.03.01 (КЗИ)	Информационная безопасность
10.05.03 (КОБ)	Информационная безопасность автоматизированных систем
21.03.01 (БНГС, ГНП, РНГМ)	Нефтегазовое дело
21.05.01 (ПГ)	Прикладная геодезия
21.05.02 (ГНГ)	Прикладная геология
21.05.04 (МД)	Горное дело
21.05.05 (ФП)	Физические процессы горного или нефтегазового производства
21.05.06	Нефтегазовые техника и технология
13.03.02 (КТЭИ, МЭ, ЭМ, ЭС)	Электроэнергетика и электротехника
13.03.03 (АГПС, ГПУД)	Энергетическое машиностроение
22.03.01 (МТН, ПКМ)	Материаловедение и технологии материалов
22.03.02 (МТО, ПМ)	Металлургия
15.03.01 (ТСП, ТЛП, ТАМП)	Машиностроение
15.03.02 (МАПП, МОН)	Технологические машины и оборудование
15.03.03 (ДПМ, ВМ, БМ)	Прикладная механика
15.03.05 (ТКА, ТМС)	Конструкторско-технологическое обеспечение
17.05.02 (ППАМ)	

12.03.03 (ФОП)	Фотоника и оптоинформатика
11.03.02 (ТК)	Инфокоммуникационные технологии и системы связи
27.03.04 (АТ)	Управление в технических системах
15.03.04(АТП, АТПП, АУЦ)	Автоматизация технологических процессов и производств
27.03.02 (УК)	Управление качеством
27.03.05 (ИН)	Инноватика
09.03.01 (ЭВТ, АСУ)	Информатика и вычислительная техника
09.03.02 (ИСТ)	Информационные системы и технологии
09.03.03	Прикладная информатика
09.03.04 (РИС)	Программная инженерия
18.03.01 (ТНВ, ХТТУМ, ХТЦБП)	Химическая технология
18.05.01	Химическая технология энергонасыщенных материалов и изделий
19.03.01 (БТ)	Биотехнология
08.03.01 (ПГС, ГСХ, ПСК, ТВ, ВВ, ЭУН, САД, МТТ)	Строительство
20.03.01 (ЗОС, ПБ,БТПП)	Техносферная безопасность
54.03.01 (Д)	Дизайн

(код направления подготовки / *специальности*) (полное название направления подготовки / *специальности*)

(аббревиатура направления / *специальности*)

Уровень подготовки:
- [X] специалист
- [X] бакалавр
- [ ] магистр

Форма обучения:
- [X] очная
- [ ] заочная
- [ ] очно-заочная

2016, 2017 г.
(год утверждения учебного плана ООП)

Семестр(-*ы*): 1,3

Количество групп: 78

Количество студентов:

Зеленин Леонид Александрович
Паначев Валерий Дмитриевич
Гуманитарный факультет
Кафедра «Физическая культура», телефон 219-84-15, e-mail: panachev@pstu.ru

Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

№	Библиографическое описание (автор, заглавие, вид издания, место, издательство, год издания, количество страниц)	Количество экземпляров в библиотеке
1	2	3
1 Основная литература		
1	Олимпийский учебник студента: пособие для формирования системы олимпийского образования в нефизкультурных высших учебных заведениях. – 2-е изд.; перераб. и доп. / В.С. Родиченко и др.; Олимпийский комитет России. – М.: Советский спорт, 2015. – 128 с.	на кафедре
2	Физическая культура студента: Учебник / Под ред. В.И. Ильинича. – М.: Гардарики, 2015. – 366с.	–
3	Физическая культура студента: Учебник / Под ред. В.И. Ильинича. – М.: Гардарики, 2007. – 447с.	21
4	Физическая культура студента и жизнь: Учебник / Под ред. В.И. Ильинича. – М.: Гардарики, 2008. – 366с.	30
5	Артамонова Л.Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура: учеб. пособие / Л.Л. Артамонова, О.П. Панфилов, В.В. Борисова; ред. О.П. Панфилов. – М.: ВЛАДОС_ПРЕСС, 2014. – 389с.	5
6	Паначев В.Д. Профессионально-прикладная физическая культура студентов технического университета: учеб. пособие / Гриф УМО РАЕ / В.Д. Паначев. – Пермь: Изд-во Перм. гос. техн. ун-та, 2010. – 97 с.	25 +ЭБ
2 Дополнительная литература		
2.1 Учебные и научные издания		
1	Бадминтон и теннис: учеб. пособие / Гриф УМО РАЕ / В.Д. Паначев, А.И. Агишев, Ю.И. Колчанов и др. – Пермь: Изд-во Перм. гос. техн. ун-та, 2011. – 165 с.	25 + ЭБ
2	Всё о человеческом теле: иллюстрированный справочник / пер. с англ. И.А. Борисовой. – М.: АСТ-АСТРЕЛЬ, 2009. – 351 с.	1
3	Кобяков Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни: учеб. пособие / Ю.П. Кобяков. – Ростов на Дону: Феникс, 2014. – 253с.	5
4	Социально-биологические основы физической культуры и спорта: учеб. пособие / В.Д. Паначев, А.С. Сырчиков, А.Б. Лопатина. – Пермь: Изд-во Перм. гос. техн. ун-та, 2010. – 163 с.	25 +ЭБ
5	Атлетическая гимнастика: методические указания к практическим занятиям / сост. Михалева Т.И., Вшивцева Е.А. – Пермь: ИПЦ «Прокрост», 2015. – 41с.	–
6	Виленский М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: учеб. пособие / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. – М.: КНОРУС, 2013. – 239с.	5
7	Баскетбол. Методические указания к практическим занятиям / сост. Алдарова С.Н., Романова К.А., Щербинина Н.П. – Пермь: ИПЦ «Прокрост», 2015. – 58с.	–
8	Волейбол: методические указания к практическим занятиям / сост. Сбитнева О.А., Физлеева С.А., Борознова Л.В. – Пермь: ИПЦ «Покрост», 2015. – 148с.	–
9	Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта: учеб. пособие / Б.Р. Голощапов. – М.: Академия, 2008. – 309с.	5

10	Гришина Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: учеб. пособие / Ю.И. Гришина. – Ростов на Дону: Феникс, 2016. – 249с.	2
11	Евсеев Ю.И. Физическая культура: учеб. пособие / Ю.И. Евсеев. – Ростов на Дону: Феникс, 2014. – 445с.	5
12	Кусякова Р.Ф. Развитие профессиональных двигательных компетенций студентов на занятиях физической культуры: монография / Р.Ф. Кусякова, В.Д. Паначев; рец.: М.Г. Ишмухаметов, Т.С. Серова. – Пермь: Изд-во ПНИПУ, 2012. – 168с.	5 +ЭБ
13	Лечебная физическая культура: учебник / ред. С.Н. Попов. – М: Академия, 2005. – 413с.	4
14	Лыжная подготовка. Подготовка к сдаче контрольных нормативов и соревнованиям по лыжной подготовке: методические указания к практическим занятиям и тренировкам / сост. Сбитнева О.А., Яковлев С.В. – Пермь: ИПЦ «Прокрост», 2015. – 72с.	на кафедре
15	Настольный теннис: методические указания к практическим занятиям / сост. Ермакова Е.Г., Паршакова В.М., Сбитнева О.А. – Пермь: ИПЦ «Прокрост», 2015. – 41с.	–
16	Обучение технике виов легкой атлетики. Бег на короткие дистанции, эстафетный бег: методические рекомендации для учителей и преподавателей физической культуры / сост. Клюкина Н.А., Щенкова И.П., Быстрых М.С., Маслаускене О.Ю. – Пермь: ИПЦ «Прокрост», 2015. – 33с.	–
17	Петров П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте: учебник / П.К. Петров. – М.: Академия, 2015. – 286с.	–
18	Сакун Э.И. Построение учебного процесса по физическому воспитанию студентов в вузе: учеб. пособие / Э.И. Сакун. – Москва: Дашков и К, 2008. – 205с.	3
19	Использование метода круговой тренировки на методико-практических занятиях в вузе: методические рекомендации / сост. Ильиных Д.В. Устюгова Е.В., Головин О.И. – Пермь: ИПЦ «Прокрост», 2015. – 34с.	–
20	Футбол: методические указания к практическим занятиям / сост. Михалева Т.И., Вшивцева Е.А. – Пермь: ИПЦ «Прокрост», 2015. – 38с.	–
2.2 Периодические издания		
1	Физкультура и спорт	
2	Теория и практика физической культуры.	
3	Физическая культура: воспитание, образование, тренировки	
4	Адаптивная физическая культура	
2.3 Нормативно-технические издания		
не предусмотрены		
2.4 Официальные издания		
1	Федеральный закон от 04.12.2007 №329- ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»	Консультант плюс
2.5 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины		
1	Электронная библиотека Научной библиотеки Пермского национального исследовательского политехнического университета [Электронный ресурс : полнотекстовая база данных электрон. документов изданных в Изд-ве ПНИПУ]. – Электрон. дан. (1 912 записей). – Пермь, 2014- . – Режим доступа: http://elib.pstu.ru/. – Загл. с экрана.	
2	Научная Электронная Библиотека eLibrary [Электронный ресурс : полнотекстовая база данных : электрон. журн. на рус., англ., нем. яз. : реф. и наукометр. база данных] / Науч. электрон. б-ка. – Москва, 1869- . – Режим доступа: http://elibrary.ru/. – Загл. с экрана.	

Основные данные об обеспеченности на 19 апреля **20**17 **г.**_____

(дата составления рабочей программы)

Основная литература [X] обеспечена [ ] не обеспечена

Дополнительная литература [X] обеспечена [ ] не обеспечена

Зав. отделом комплектования
научной библиотеки _____ Н.В. Тюрикова

Текущие данные об обеспеченности на _____

(дата контроля литературы)

Основная литература [ ] обеспечена [ ] не обеспечена

Дополнительная литература [ ] обеспечена [ ] не обеспечена

Зав. отделом комплектования

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

Пермский национальный исследовательский
политехнический университет

Гуманитарный университет

Кафедра физической культуры

УТВЕРЖДЕНО
на заседании кафедры физической культуры
протокол № 16 от 19.04.2017
Заведующий кафедрой
_____ В.П. Паначев

УНИФИЦИРОВАННЫЙ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС ДИСЦИПЛИНЫ
«Физическая культура и спорт»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения промежуточной аттестации по дисциплине
Приложение к рабочей программе дисциплины

Программа бакалавриата (специалитета) / магистратуры (аспирантуры)

Направление, бакалавриат (специалитет)
01.03.02 «Прикладная математика и информатика»
[illegible]
[illegible]

21.05.05 «Физические процессы горного или нефтегазового производства»
21.05.06 «Нефтегазовые техника и технологии»
22.03.01 «Материаловедение и технологии материалов»
22.03.02 «Металлургия»
23.03.03 «Эксплуатация транспортно-технологических машин и комплексов»
24.03.02 «Системы управления движением и навигация»
24.03.05 «Двигатели летательных аппаратов»
24.05.02 «Проектирование авиационных и ракетных двигателей»
27.03.02 «Управление качеством»
27.03.04 «Управление в технических системах»
27.03.05 «Инноватика»
28.03.03 «Наноматериалы»
38.03.01 «Экономика»
38.03.02 «Менеджмент»
38.03.03 «Управление персоналом»
38.03.04 «Государственное и муниципальное управление»
39.03.01 «Социология»
42.03.01 «Реклама и связи с общественностью»
44.03.04 «Профессиональное обучение (по отраслям)»
45.03.02 «Лингвистика»
54.03.01 «Дизайн»

Квалификация выпускника: **бакалавр /специалист по защите информации/ инженер/ инженер-геодезист/горный инженер-геолог/ горный инженер (специалист)**

Форма обучения: **очная**

Курс: 1/2 **Семестр(ы)**: 1/3

Трудоёмкость:
- кредитов по рабочему учебному плану: 2 ЗЕ
- часов по рабочему учебному плану: 72 час.

Виды контроля:
Зачет: **1 сем.** Диф. зачёт: **3 сем.** Курсовой проект: **-** Курсовая работа: **-**

Пермь 2017

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине **«Физическая культура»** и разработан на основании:

– положения о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, специалитета и магистратуры в ПНИПУ, утвержденного «29» апреля 2014 г.;
– приказа ПНИПУ от 03.12.2015 № 3363-В «О введении структуры ФОС»;
– рабочей программы дисциплины «**Физическая культура и спорт**», утвержденной «05» мая 2017 г.

1. Перечень формируемых частей компетенций, этапы их формирования и контролируемые результаты обучения

1.1. Формируемые части компетенций

Согласно компетентностным моделям выпускников по направлениям подготовки в рамках учебных планов на этапе освоения данной учебной дисциплины формируются следующие унифицированные дисциплинарные компетенции.

- унифицированные общекультурные компетенции (УОК):

- УОК-1 - способность применять средства самостоятельного, методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья;

- УОК-2 способность поддерживать и достигать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

1.2. Этапы формирования дисциплинарных частей компетенций, объекты оценивания и виды контроля

Согласно РПД освоение учебного материала дисциплины запланировано в течение двух семестров (1/3 семестры базового учебного плана) и разбито на 2 учебных модуля. В каждом модуле предусмотрены аудиторные практические занятия, а также внеаудиторная самостоятельная работа студентов. В рамках освоения учебного материала дисциплины формируется компоненты *знаний, умений, навыков*, обеспечивающие достижение планируемых результатов освоения ООП.

Контроль уровня освоенных знаний, умений и навыков осуществляется в рамках текущего, промежуточного и итогового контроля. Виды контроля сведены в таблицу 1.1.

Таблица 1.1. Перечень контролируемых результатов обучения по дисциплине

Контролируемые результаты освоения дисциплины (ЗУВы)	**Вид контроля**					
	ТК	**РТ**	**ПК**	**ГР (КР)**	**ПЗ**	**Зачёт, диф. зачет**
Знает:						
- социально-биологические основы физической культуры;	+		+			
- основные требования к организации здорового образа жизни;	+		+			
- критерии эффективности здорового образа жизни;	+		+			
- методические принципы физического воспитания;	+		+			
- спортивную классификацию;	+		+			
- диагностику и самодиагностику состояния организма при регулярных занятиях физкультурой и спортом;	+		+			
- основы профессионально-прикладной физической подготовки;	+		+			
- основы физической культуры в профессио-	+		+			

нальной деятельности; - научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни; - влияние физкультурно-оздоровительных систем на укрепление здоровья и профилактику заболеваний и вредных привычек; - способы контроля, оценки и коррекции физического развития и физической подготовленности; - правила и способы планирования индивидуальных занятий физической культурой различной целевой направленности.	+ + + +		+ + + +			
Умеет: - применять методы и средства физкультурно-спортивной деятельности; - выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, комплексы упражнений; - выполнять простейшие приёмы релаксации; - выполнять приёмы страховки и самостраховки; - осуществлять занятия физической культуры с использованием коллективных форм.					+ + + + +	
Владеет: - навыками направленного использования средств физической культуры и спорта; - навыками направленного формирования и развития важнейших свойств и качеств личности сохранения и укрепления здоровья, физического развития и подготовленности.					+ +	

ТК – текущий контроль по темам в форме контрольных работ (оценка знаний);
ПК – промежуточный контроль по модулям в форме контрольных работ (оценка знаний);
ПЗ – практические занятия (оценка умений, навыков).

2. Виды контроля, контрольные вопросы текущего и промежуточного контроля, критерии оценивания результатов обучения

2.1. Текущий контроль

Текущий контроль для оценивания компонентов знаний по темам проводится в форме контрольных работ и выборочного теоретического опроса.

2.1.1. Перечень контрольных вопросов для текущего контроля:

1. Физическая культура. Понятие, ценности и роль в развитии общества.
2. Физическое воспитание. Задачи физического воспитания.
3. Спорт, физическая подготовка и их значение в жизни человека.
4. Двигательные умения и навыки, физические качества и их роль в двигательной деятельности человека.
5. Физическое развитие. Показатели физического развития.
6. Законодательство РФ о физической культуре и спорте.
7. Основные положения организации физического воспитания в вузе.

8. Роль двигательной активности в становлении и развитии человека. Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующая система.

9. Физиологические и функциональные системы организма обеспечивающие движения.

10. Костно-мышечная система, позвоночник (влияние состояния отделов позвоночника на работу внутренних органов и систем организма). Физические упражнения предупреждающие нарушения осанки, восстанавливающие рессорные функции позвоночника.

11. Виды, структура и функции мышечной ткани, средства повышения мышечной силы.

12. Сердечно-сосудистая система. Функции, «факторы риска», их профилактика.

13. Особенности реакции сердечно-сосудистой системы на умственную и физическую нагрузку.

14. «Мышечный насос». Характеристика и его роль при различных физических нагрузках.

15. Дыхательная система. Строение и функциональные возможности при физических нагрузках. Правильное дыхание, значение кислорода и углекислого газа для организма.

16. Особенности питания при занятиях различными видами спорта, физических упражнений.

17. Нервная система. Процесс формирования двигательного навыка.

18. Утомление и восстановление, механизмы взаимодействия.

19. Взаимосвязь умственной и физической деятельности. Физические упражнения, способствующие улучшению мозгового кровообращения.

20. Понятие «здоровье». Факторы, влияющие на здоровье.

21. Составляющие здорового образа жизни.

22. Рационализация умственного и физического труда. Предупреждение утомления и перегрузок. Целесообразность чередования умственного и физического труда.

23. Рациональное питание в здоровом образе жизни. Значение и содержание белков, жиров, углеводов, витаминов, воды и минеральных солей в питании студента.

24. Закаливание. Методы приучения и основные правила закаливания.

25. Личная гигиена, гигиена одежды и обуви.

26. Курение и его влияние на организм человека.

27. Алкоголь и его влияние на организм человека.

28. Наркомания, и ее последствия для человека.

29. Динамика работоспособности студентов в учебном году и факторы, ее определяющие.

30. Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности студентов.

31. Методические принципы физического воспитания.

32. Средства и методы физического воспитания.

33. Основы обучения движениям. Этапы обучения.

34. Воспитание двигательных качеств (сила).

35. Воспитание двигательных качеств (быстрота).

36. Воспитание двигательных качеств (ловкость).

37. Воспитание двигательных качеств (выносливость).

38. Воспитание двигательных качеств (гибкость).

39. Формы и организация самостоятельных занятий физическими упражнениями.

40. Особенности занятий физическими упражнениями для женщин.

41. Зоны интенсивности физических нагрузок.

42. Самоконтроль занимающихся за состоянием своего организма. Дневник самоконтроля.

43. Оценка уровня физического развития (весоростовой показатель, силовой показатель).

44. Оценка уровня функциональной подготовленности (проба с приседанием, ортостатическая проба, пробы Штанге и Генча).

45. Обоснование индивидуального выбора студентом вида спорта или системы физических упражнений для регулярных занятий.

46. Психофизиологическая характеристика вида спорта (плавание).

47. Психофизиологическая характеристика системы физических упражнений (ходьба, бег).

48. Психофизиологическая характеристика вида спорта (лыжные гонки).

49. Меры безопасности при занятиях различными видами спорта.

50. Профессионально-прикладная физическая подготовка, цели и задачи.

51. Профессионально-прикладная физическая подготовка, основные и дополнительные факторы определяющие ее содержание.

52. Производственная физическая культура. Использование средств физической культуры для снижения влияния неблагоприятных факторов профессиональной деятельности.

53. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.

2.1.2 Критерии оценки:

Аттестация	Балл	Уровень освоения	Критерии оценивания уровня освоения отдельной темы
Аттестация по данному виду контроля пройдена	5	Максимальный уровень	*Студент полностью выполнил задание контрольной работы, показал отличные знания в рамках усвоенного учебного материала.*
	4	Средний уровень	*Студент полностью выполнил задание контрольной работы, показал хорошие знания , но не смог полностью применить теоретические знания*
	3	Минимальный уровень	*Студент полностью выполнил задание контрольной работы, но допустил существенные неточности, не проявил умения правильно интерпретировать*
Аттестация по данному виду контроля не пройдена	2	Минимальный уровень не достигнут	*Студент не полностью выполнил задание контрольной работы, при этом проявил недостаточный уровень знаний*

2. 2. Промежуточный контроль

Промежуточный контроль для комплексного оценивания знаний по модулям проводится в форме контрольных работ по модулям.

2.2.1 Перечень контрольных вопросов для промежуточного контроля:

Модуль 1.

1. Средства и методы физического воспитания.

2. Методические принципы физического воспитания.

3. Общая физическая подготовка, ее цели и задачи.

4. Понятие, структура и содержание физического качества. Сенситивные периоды развития. Методы оценки выраженности (контрольные упражнения, тесты, сопоставительные таблицы). Гендерные и возрастные особенности студентов, которые необходимо учитывать при составлении дифференцированных и индивидуальных программ развития физических качеств.

5. Выносливость. Методы развития выносливости.

6. Сила. Методы развития силовых способностей.

7. Гибкость. Методы развития гибкости.

8. Быстрота. Средства и методы развития скоростных способностей.

9. Ловкость. Методы развития координационных способностей.

10. Возможность и условия коррекции физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта в студенческом возрасте.

11. Производственная физическая культура, ее цели и задачи, методические основы.

12. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.

13. Личная и социально-экономическая необходимость специальной психофизической подготовки человека к труду.

14. Определение понятия ППФП, ее цели, задачи, средства.

15. Факторы, определяющие конкретное содержание ППФП. Методика подбора средств ППФП.

16. Контроль за эффективностью профессионально-прикладной физической подготовленности студентов.

17. Особенности ППФП студентов по избранному направлению обучения бакалавра.

18. Методика самоконтроля за уровнем развития профессионально значимых качеств и свойств личности для будущего специалиста.

Модуль 2.

1. Массовый спорт и спорт высших достижений, их цели и задачи.

2. Студенческий спорт. Особенности организации и планирования спортивной подготовки в вузе.

3. Современные популярные системы физических упражнений.

4. Мотивация и обоснование индивидуального выбора студентом вида спорта или системы физических упражнений для регулярных занятий.

5. Характеристика особенностей воздействия данного вида спорта (системы физических упражнений) на физическое развитие и подготовленность, психические качества и свойства личности.

6. Специфические особенности избранного вида спорта как вида двигательной деятельности. Ведущие физические качества и двигательные способности, характерные для избранного вида спорта.

7. Технология планирования учебно-тренировочного процесса.

8. Основные стороны спортивной подготовки.

9. Организация и структура отдельного учебно-тренировочного занятия.

10. Виды и методы контроля за эффективностью учебно-тренировочных занятий.

11. Внешние признаки, показатели пульса и дыхания для контроля и регулирования интенсивности физической нагрузки.

12. Основные составляющие учебно-тренировочных занятий (физическая, техническая, тактическая, теоретическая, психологическая, интегральная подготовка).

13. Планирование нагрузки в зависимости от задач учебно-тренировочных занятий по избранному виду спорта. Виды планирования и методика их составления.

14. Спортивная классификация и правила соревнований по избранному виду спорта.

2.2.2 Критерии оценки:

Аттестация	**Балл**	**Уровень освоения**	**Критерии оценивания уровня освоения учебного модуля**
Аттестация по данному виду контроля пройдена	5	Максимальный уровень	*Студент полностью выполнил задание контрольной работы, показал отличные знания в рамках усвоенного учебного материала.*
	4	Средний уровень	*Студент полностью выполнил задание контрольной работы, показал хорошие знания , но не смог полностью применить теоретические знания*
	3	Минимальный уровень	*Студент полностью выполнил задание контрольной работы, но допустил существенные неточности, не проявил умения правильно интерпретировать*
Аттестация по данному виду контроля не пройдена	2	Минимальный уровень не достигнут	*Студент не полностью выполнил задание контрольной работы, при этом проявил недостаточный уровень знаний*

2.3 Типовые задания к методико-практическим занятиям.

№ п. п.	Номер темы дисциплины	Наименование темы практического занятия
1	2	3
1	2, 3, 4	Определение уровня физической подготовленности
2	5, 6, 7	Определение уровня технической подготовленности в избранном виде спорта
3	8, 9, 11	Конструирование учебно-тренировочного занятия по избранному виду спорта

Критерии оценки:

Аттестация	**Балл**	**Уровень освоения**	**Критерии оценивания уровня освоения умений и навыков**
Аттестация по данному виду контроля пройдена	5	Максимальный уровень	*Студент полностью выполнил задание практичекого занятия, показал отличные знания и умения в рамках усвоенного учебного материала.*
	4	Средний уровень	*Студент полностью выполнил задание практического занятия, показал хорошие знания и умения, но не смог полностью применить теоретические знания к реальным фактам.*
	3	Минимальный уровень	*Студент полностью выполнил задание практического занятия, но допустил существенные неточности, не проявил умения правильно интерпретировать факты.*
Аттестация по данному виду контроля не пройдена	2	Минимальный уровень не достигнут	*Студент не полностью выполнил задание практического занятия, при этом проявил недостаточный уровень знаний и умений, а также неспособность пояснить факты социальной реальности.*

Разработчики:

д-р социол. наук, проф. _____ В. Д. Паначев

д-р пед. наук, проф. _____ Л. А. Зеленин

Министерство образования и науки Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

**Пермский национальный исследовательский
политехнический университет**

Гуманитарный факультет
Кафедра физической культуры

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой
физической культуры
д-р социол. наук, проф.

В.Л. Паначев

Данное приложение является неотъемлемой частью рабочей программы дисциплины **«Физическая культура и спорт»** и включает изменения и дополнения таблиц 3.1 и 4.1 и нового пункта 4.5, связанные со спецификой заочной формы обучения, остальные пункты и таблицы остаются без изменений.

Таблица 3.1. – Объем и виды и учебной работы

№ п.п.	**Виды учебной работы**	**Трудоёмкость, ч**	
		по семестрам	**всего**
1	2	3	4
1	**Аудиторная работа:**	6	6
	- лекции (Л)	4	4
	- контроль самостоятельной работы (КСР)	2	2
2	**Самостоятельная работа (СРС)**	62	62
	- подготовка к практическим занятиям	52	52
	- выполнение контрольной работы	10	10
3	Промежуточная аттестация (итоговый контроль)	диф.зачёт	
4	**Трудоёмкость дисциплины, всего:** **в часах (ч)** **в зачётных единицах (ЗЕ)**	 **72** **2**	 **72** **2**

Таблица 4.1. Тематический план по модулям учебной дисциплины

Номер учебного модуля	Номер раздела дисциплины	Номер наименования темы дисциплины	Количество часов (очная форма обучения)							Трудоёмкость, ч / ЗЕ
			аудиторная работа					Промежуточная аттестация	Самостоятельная работа	
			всего	Л	ПЗ	ЛР	КСР			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1	1	1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов	0,5	0,5	0				6	6,5
		2. Социально-биологические основы физической культуры	0,5	0,5	0				5	5,5
		3. Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности	0,5	0,5	0				5	5,5
		4. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности	0	0	0				6	6
		5. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания	0,5	0,5	0				5	5,5
		6. Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями	1,5	0,5	0		1		5	6,5
		Итого по модулю 1:	**3,5**	**2,5**	**0**	**-**	**1**		**32**	**35,5**
2	2	7. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений	0,5	0,5	0				6	6,5
		8. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений	0,5	0,5	0				6	6,5
		9. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом	0,5	0,5	0				6	6,5
		10. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов	0	0	0				6	6
		11.Физическая культура в профессиональной деятельности	1	0	0		1		6	7
		Итого по модулю 2:	**2,5**	**1,5**	**0**	**-**	**1**	**диф. зачет**	**30**	**32,5**

4.5. Контрольная работа

Указания по подготовке контрольной работе.

Контрольная работа проходит в форме написания реферата по заданной тематике. Контрольная работа (реферат) выполняется самостоятельно **в соответствии с Методическими указаниями по физической культуре для студентов заочного отделения.**

1. Темы рефератов составлены в соответствии содержанию теоретического раздела рабочей учебной программы дисциплины «Физическая культура и спорт».
2. Студент самостоятельно выбирает тему и оформляет содержание реферата. При этом не допускается повторение тем и содержания рефератов, выбранных студентами одного курса.
3. Рефераты оформляются согласно общих требований образовательного процесса и являются одной из форм итоговой аттестации.
4. Студент по подготовке реферата сдает его на проверку преподавателю не позднее 10 дней до итоговой аттестации и в последующем готовится к его защите.
5. В случае неудовлетворительной оценки студент устраняет указанные недостатки и готовится к повторной защите в установленные сроки.

Темы рефератов по дисциплине «Физическая культура и спорт»

Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов

1. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества.
2. Единство и взаимообусловленность физического, нравственного, умственного и эстетического воспитания.
3. Сущность, содержание и источники формирования физической культуры.
4. Историческое развитие физической культуры.
5. Современное состояние физической культуры и спорта в России и за рубежом.
6. Система физического воспитания в Российской Федерации.
7. Нормативно-правовое обеспечение физической культуры и спорта в Российской Федерации.
8. Деятельностная сущность физической культуры в различных сферах жизни.
9. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» в системе физического воспитания студентов вуза.
10. Физическая культура как учебная дисциплина высшего профессионального образования и целостного развития личности.
11. Физическая культура и спорт как средства сохранения и укрепления здоровья студентов, их физического и спортивного совершенствования.
12. Гуманитарная значимость физической культуры.

13. Ценностные ориентации и отношение студентов к физической культуре и спорту.
14. Ценностные ориентации и отношение студентов к физической культуре и спорту.
15. Основные положения организации физического воспитания в высшем учебном заведении.

Тема 2. Социально-биологические основы физической культуры

1. Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система.
2. Понятие о социально-биологических основах физической культуры.
3. Естественно-научные основы физической культуры и спорта.
4. Внешняя среда. Природные и социально-экологические факторы.
5. Биологические ритмы и работоспособность.
6. Виды тканей организма и их свойства общего и специфического характера.
7. Полости туловища организма человека. Органырасположенные в них.
8. Скелет человека. Форма и функции костей скелета человека.
9. Позвоночник. Его отделы и функции.
10. Понятие о грудной клетке и ее функциях.
11. Общее представление о строении черепа и его функциях.
12. Понятие о суставах, связках и сухожилиях.
13. Представление об опорно-двигательном аппарате.
14. Мышечная система (функции поперечно-полосатой и гладкой мускулатуры).
15. Строении мышечной ткани. Роль мышц туловища, головы, шеи, верхних и нижних конечностей.
16. Строение и функции спинного мозга.
17. Дыхательная система организма человека.
18. Пищеварительная систем организма человека.
19. Выделительная система организма человека.
20. ЦНС, ее отделы и функции.
21. Строение и функции спинного мозга.
22. Головной мозг (строение и функции).
23. Вегетативная нервная система и соматическая нервная система.
24. Понятие об утомлении при физической и умственной деятельности.
25. Гипокинезия и гиподинамия.
26. Средства физической культуры.
27. Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки.
28. Рефлекторная природа двигательной деятельности.
29. Двигательная функция и повышение уровня адаптации и устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды.
30. Воздействие природных и социально-экологических факторов на организм и жизнедеятельность человека.

31. Средства физической культуры и спорта в управлении совершенствованием функциональных возможностей организма в целях обеспечения умственной и физической деятельности.
32. Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки.
33. Эмоциональное напряжение. Стресс его переключение и сосредоточение.
34. Реакция организма человека при работе в условиях воздействия неблагоприятных факторов среды обитания.

Тема 3. Основы здорового образа жизни студента.
Физическая культура в обеспечении здоровья

1. Здоровье человека как ценность и факторы, его определяющие.
2. Функциональные возможности проявления здоровья человека в различных сферах жизнедеятельности.
3. Взаимосвязь общей культуры студента и его образа жизни.
4. Структура жизнедеятельности студентов и ее отражение в образе жизни. Здоровый образ жизни и его составляющие.
5. Методы определения индивидуально-психологических особенностей личностей.
6. Взаимосвязь физкультурно-спортивной деятельности и общекультурного развития студентов.
7. Направленность образа жизни студентов, её характеристика. Способы регуляции образа жизни.
8. Содержательные характеристики составляющих здорового образа жизни.
9. Режим труда и отдыха .
10. Организация сна.
11. Организация режима питания.
12. Организация двигательной активности.
13. Личная гигиена и закаливание.
14. Гигиенические Основы закаливания.
15. Профилактика вредных привычек.
16. Культура межличностных отношений.
17. Психофизическая регуляция организма.
18. Культура сексуального поведения.
19. Личное отношение к здоровью как условие формирования здорового образа жизни.
20. Основные требования к организации здорового образа жизни.
21. Физическое самовоспитание и самосовершенствование в здоровом образе жизни.
22. Критерии эффективности здорового образа жизни.
23. Сущность и значение использования психопрофилактики и психогигиены в жизнедеятельности.

Тема 4. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности.
Средства физической культуры в регулировании работоспособности

1. Объективные и субъективные факторы обучения и реакция на них организма студента.
2. Изменение состояния организма студента под влиянием различных режимов и условий обучения.
3. Общие закономерности изменения работоспособности студентов в учебном дне, неделе, семестре, учебном году.
4. Существующие типы изменения умственной работоспособности и их объяснение.
5. Типичные особенности жизнедеятельности студентов в период экзаменов.
6. Средства физической культуры в регулировании психоэмоционального и функционального состояния студентов в период экзаменационной сессии.
7. Объективные и субъективные признаки усталости, утомления и переутомления, их причины и профилактика.
8. Особенности рационального использования «малых форм» физической культуры в режиме учебного труда студентов.
9. Занятия физическими упражнениями с оздоровительно-рекреативной направленностью.
10. Роль оздоровительно-спортивного лагеря в оптимизации условий жизнедеятельности студентов.
11. Показатели эффективного проведения учебных занятий по физической культуре для повышения работоспособности студентов в учебном дне и неделе.

Тема 5. Общая физическая и специальная подготовка
В системе физического воспитания

1. Методические принципы физического воспитания.
2. Методы физического воспитания.
3. Основы обучения движениям (техническая подготовка). Этапы обучения движениям.
4. Формирование психических качеств, черт и свойств личности в процессе физического воспитания.
5. Воспитание физических качеств: выносливости, силы, быстроты, ловкости (координации движений), гибкости.
6. Формирование психических качеств, черт и свойств личности в процессе физического воспитания.
7. Общая физическая подготовка (ОФП). Цели и задачи ОФП.
8. Специальная физическая подготовка. Профессионально-прикладная физическая подготовка как разновидность специальной физической подготовки. Спортивная подготовка.
9. Структура подготовленности спортсмена: техническая, физическая, тактическая, психическая.

10. Интенсивность физических нагрузок. Зоны интенсивности нагрузок по частоте сердечных сокращений (ЧСС).
11. Энергозатраты при физических нагрузках разной интенсивности. Значение мышечной релаксации.
12. Возможность и условия коррекции физического развития, телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта в студенческом возрасте.
13. Формы занятий физическими упражнениями. Урочные и неурочные формы занятий:
14. Построение и структура учебно-тренировочного занятия. Характеристика отдельных частей учебно-тренировочного занятия. Общая и моторная плотность занятия.

Тема 6. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями

1. Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий. Формы и содержание самостоятельных занятий.
2. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности.
3. Оптимальная двигательная активность и ее воздействие на здоровье и работоспособность.
4. Характер содержания занятий в зависимости от возраста.
5. Особенности самостоятельных занятий для женщин.
6. Планирование и управление самостоятельными занятиями.
7. Границы интенсивности нагрузок в условиях самостоятельных занятий улиц разного возраста.
8. Взаимосвязь между интенсивностью нагрузок и уровнем физической подготовленности.
9. Гигиена самостоятельных занятий. Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий. Участие в спортивных соревнованиях.

Тема 7. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта

1. Массовый спорт и спорт высших достижений, их цели и задачи.
2. Единая всероссийская спортивная классификация.
3. Студенческий спорт.
4. Особенности организации и планирования спортивной подготовки в вузе.
5. Спортивные соревнования как средство и метод общей физической, профессионально-прикладной, спортивной подготовки студентов.
6. Система студенческих спортивных соревнований. Общественные студенческие спортивные организации.
7. Спортивные соревнования как средство и метод общей физической, профессионально-прикладной, спортивной подготовки и контроля их эффективности.
8. Олимпийские игры и Универсиады.
9. Современные популярные системы физических упражнений.

10. Мотивация и обоснование индивидуального выбора студентом вида спорта или системы физических упражнений для регулярных занятий.
11. Краткая психофизиологическая характеристика основных групп видов спорта и систем физических упражнений.

Тема 8. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений

1. Краткая историческая справка. Характеристика особенностей воздействия данного вида спорта (системы физических упражнений) на физическое развитие и подготовленность, психические качества и свойства личности.
2. Модельные характеристики спортсмена высокого класса.
3. Определение цели и задач спортивной подготовки (или занятий системой физических упражнений) в условиях вуза.
4. Возможные формы организации тренировки в вузе.
5. Перспективное, текущее и оперативное планирование подготовки.
6. Основные пути достижения необходимой структуры подготовленности занимающихся.
7. Контроль за эффективностью тренировочных занятий. Специальные зачетные требования и нормативы по годам (семестрам) обучения по избранному виду спорта или системе физических упражнений.
8. Календарь студенческих соревнований. Спортивная классификация и правила спортивных соревнований в избранном виде спорта.

Тема 9. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом

1. Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.
2. Врачебный и педагогический контроль, его содержание.
3. Самоконтроль, его основные методы, показатели и дневник самоконтроля.
4. Использование методов стандартов, антропометрических индексов, номограмм функциональных проб, упражнений-тестов для оценки физического развития, телосложения, функционального состояния организма, физической подготовленности.
5. Коррекция содержания и методики занятий физическими упражнениями и спортом по результатам показателей контроля.

Тема 10. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов

1. Личная и социально-экономическая необходимость специальной психофизической подготовки человека к труду. Определение понятия ППФП, ее цели, задачи, средства.
2. Место ППФП в системе физического воспитания студентов. Факторы, определяющие конкретное содержание ППФП.
3. Методика подбора средств ППФП. Организация, формы и средства ППФП студентов в вузе.

4. Контроль за эффективностью профессионально-прикладной физической подготовленности студентов.

Тема 11. Физическая культура в профессиональной деятельности бакалавра и специалиста

1. Производственная физическая культура.
2. Производственная гимнастика.
3. Особенности выбора форм, методов и средств физической культуры и спорта в рабочее и свободное время специалистов.
4. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.
5. Дополнительные средства повышения общей и профессиональной работоспособности.
6. Влияние индивидуальных особенностей, географо-климатических условий и других факторов.

Лист регистрации изменений

№ п.п.	Содержание изменений	Дата, номер протокола заседания кафедры. Подпись заведующего кафедрой
1	Считать целесообразным применение данного элемента УМКД в 2018-2019 уч.году, в связи с этим на титульном листе строку «Лысьва, 2017» заменить словами «**Лысьва, 2018**»	31.08.18, протокол №1 Зав. каф. ГСЭ _____/ З.А.Мухаева Секретарь заседания кафедры ГСЭ _____/ Е.А.Журавлева
2	Исходя из содержания Указа Президента Российской Федерации от 15 мая 2018 г. №215 «О структуре федеральных органов исполнительной власти», на титульном листе строку «Министерство образования и науки Российской Федерации», заменить словами «**Министерство науки и высшего образования Российской Федерации**»	31.08.18, протокол №1 Зав. каф. ГСЭ _____/ З.А.Мухаева Секретарь заседания кафедры ГСЭ _____/ Е.А.Журавлева
3	В разделе 6 Перечень учебно-методического и информационного обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине, в подразделе 6.1 Карта обеспеченности учебно-методической литературой дисциплины Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для изучения дисциплины, **заменить на новый**	31.08.18, протокол №1 Зав. каф. ГСЭ _____/ З.А.Мухаева Секретарь заседания кафедры ГСЭ _____/ Е.А.Журавлева
4	На основании приказа от 29.06.2019 №.209 «О реорганизации в форме слияния кафедры ГСЭ и кафедры ЕН», на листах 1 и 2 фрагменты «гуманитарных и социально-экономических дисциплин», заменить словами «**общенаучных дисциплин**»	31.08.18, протокол №1 Зав. каф. ГСЭ _____/ З.А.Мухаева Секретарь заседания кафедры ГСЭ _____/ Е.А.Журавлева

6.1. Карта обеспеченности учебно-методической литературой дисциплины «Физическая культура и спорт»

Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

Направление	Семестры	Кол-во студентов	Библиографическое описание издания (автор, заглавие, вид, место, изд-во, год издания, кол-во страниц)	Количество экземпляров в библиотеке	Основной лектор
			Основная литература		
			1.Бароненко, В.А. Здоровье и физическая культура студента: учебное пособие / Л.А.Рапорт. –М.: Альфа-М, 2010.-336 с.	10	
			Виленский, М.Я. Физическая культура: учебник / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. – М.: КноРус, 2016. – 216 с.	10	
			2.Решетников, Н.В. Физическая культура: учебное пособие/ Н.В. Решетников.-4-е изд., стер. – М.: ИЦ Академия, 2008.-152 с.	25	
03.02; 15.03.05; 22.03.02; 23.03.03	5, 6		1.Паначев, В.Д. Профессионально-прикладная физическая культура студентов технического университета: учеб. пособие [Электронный ресурс] / В.Д. Паначев. - Пермь: Изд-во Перм. гос. техн. ун-та, 2010. - 97 с.- Постоянная ссылка: http://elib.pstu.ru/view.php?fDocumentId=2309	ЭР	Е.В., Исаков М.Н.
			Дополнительная литература.		
			1. Железняк, Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте : учеб. пособие / Ю.Д. Железняк, П.К. Петров. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : ИЦ Академия, 2005. – 272 с.	5	
08.03.01; 09.03.01; 20.03.01; 44.03.0	1, 2,		учеб. заведений / Б.Р. Голощапов. – М. : Академия, 2004. – 312 с.		
			3.Физическая культура и физическая подготовка [электронный ресурс] : учебник / под ред. В.Я. Кикотьа, И.С. Барчукова. – М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2011. – с.	1	Жеглова Н.И., Задоро
			4.Паначев В.Д. Социально-биологические основы физической культуры и спорта: учеб. пособие [Электронный ресурс] / В.Д. Паначев, А.С. Сырчиков, А.Б. Лопатина. - Пермь: Изд-во Перм. гос. техн. ун-та, 2010.- 163 с.- Постоянная ссылка: http://elib.pstu.ru/view.php?fDocumentId=2310	ЭР	
			5.Леготкин А.Н. Организация научных исследований по физической культуре : учеб.-метод, пособие / А.Н. Леготкин. Л.Р. Леготкина, В. Д. Паначев. - Пермь : Изд-во Перм. нац. исслед. политехн. ун-та, 2013. -141 с.– Постоянная ссылка: http://elib.pstu.ru/view.php?fDocumentId=345	ЭР	
			Периодические издания		
			1.ФиС: ежемесячный иллюстрированный журнал/ Учредитель ЗАО редакция журнала «Физкультура и спорт». – Архив номеров в фонде ОНБ ЛФ ПНИПУ 2005-2018 гг.		

СОГЛАСОВАНО:

Зав. отделом научной библиотеки _____ Л.А. Стругова

Книгообеспеченность дисциплины составляет:

- основной учебной литературой: на 01.09.2018 - более 1 экз/обуч.

(число, месяц, год) (экз. на 1 обучаемого)

- дополнительной учебной литературой: на 01.09.2018 - более 1экз/обуч.

(число, месяц, год) (экз. на 1 обучаемого)

Лист регистрации изменений

№ п.п.	Содержание изменений	Дата, номер протокола заседания кафедры. Подпись заведующего кафедрой
1	Считать целесообразным применение данного элемента УМКД в 2019-2020 уч. году, в связи с этим на титульном листе строку «Лысьва, 2018» заменить словами «**Лысьва, 2019**»	28.08.2019, протокол №1 Доцент с и.о. зав. каф. ОНД _____/ Е. Н. Хаматнурова Секретарь заседания кафедры ОНД _____ / Л.Г. Вилькова
	учебно-методического и информационного обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине, в подразделе дисциплины Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для изучения дисциплины, **заменить на новый**	Доцент с и.о. зав. каф. ОНД _____/ Е. Н. Хаматнурова Секретарь заседания кафедры ОНД _____ / Л.Г. Вилькова

6.1. Карта обеспеченности учебно-методической литературой дисциплины «Физическая культура и спорт»

Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

Направление	Семестры	Кол-во студентов	Библиографическое описание издания (автор, заглавие, вид, место, изд-во, год издания, кол-во страниц)	Количество экземпляров в библиотеке	Основной лектор
			Основная литература		
08.03.01,09.03.01,13.03.02,15.03.05, 22.03.02, 23.03.03,44.03.04	1,3,6	151,63,65	1.Бароненко, В.А. Здоровье и физическая культура студента: учебное пособие / Л.А.Рапорт. –М.: Альфа-М, 2010.-336 с.	10	Желгова Г.И., Задорожная Е.В., Сыстере А.Н.
			Виленский, М.Я. Физическая культура: учебник / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. – М.: КноРус, 2016. – 216 с.	10	
			2.Решетников, Н.В. Физическая культура: учебное пособие/ Н.В. Решетников.-4-е изд., стер. – М.: ИЦ Академия, 2008.-152 с.	25	
			4. 8. Кадыров, Р. М. Теория и методика физической культуры студентов СПбГАСУ : учебное пособие / Р. М. Кадыров, В. Д. Гетьман, А. В. Караван. — Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2015. — 150 с. — ISBN 978-5-9227-0620-9. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/63643.html , по IP- адресам компьютерной сети ПНИПУ.	ЭР	
			5.Паначев, В.Д. Профессионально-прикладная физическая культура студентов технического университета: учеб.пособие [Электронный ресурс] / В.Д. Паначев. - Пермь: Изд-во Перм. гос. техн. ун-та, 2010. - 97 с.- Постоянная ссылка: http://elib.pstu.ru/view.php?fDocumentId=2309,свободный	ЭР	
			6. Физкультура и здоровье студентов : учебное пособие для студентов специальных медицинских групп / составители Л. А. Трухачева, М. А. Васильева, Т. К. Костина. — Липецк : Липецкий государственный технический университет, ЭБС АСВ, 2012. — 65 с. — ISBN 978-5-88247-528-3. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/17686.html , по IP-адресам компьютерной сети ПНИПУ.	ЭР	
			Дополнительная литература.		
			1. Железняк, Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте : учеб.пособие / Ю.Д. Железняк, П.К. Петров. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : ИЦ Академия, 2005. – 272 с.	5	
			2. Голощапов, Б.Р. История физической культуры и спорта : для высш. пед. учеб.заведений / Б.Р. Голощапов. – М. : Академия, 2004. – 312 с.	5	
			3.Физическая культура и физическая подготовка [электронный ресурс] : учебник / под ред. В.Я. Кикотья, И.С. Барчукова. – М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2011. – с.	1	
			4.Паначев В.Д. Социально-биологические основы физической культуры и спорта: учеб.пособие [Электронный ресурс] / В.Д. Паначев, А.С. Сырчиков, А.Б. Лопатина. - Пермь: Изд-во Перм. гос. техн. ун-та, 2010.- 163 с.- Постоянная ссылка: http://elib.pstu.ru/view.php?fDocumentId=2310	ЭР	
			5.Леготкин А.Н. Организация научных исследований по физической культуре : учеб.-метод, пособие / А.Н. Леготкин. Л.Р. Леготкина, В. Д. Паначев. - Пермь : Изд-во Перм. нац. исслед. политехн. ун-та, 2013. -141 с.– Постоянная ссылка: http://elib.pstu.ru/view.php?fDocumentId=345	ЭР	

			6. Пшеничников, А. Ф. Физическая культура студента. (Методико-практические занятия) : учебное пособие / А. Ф. Пшеничников. — Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2012. — 218 с. — ISBN 978-5-9227-0386-0. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/19345.html по IP-адресам компьютерной сети ПНИПУ. **Периодические издания** 1.ФиС: ежемесячный иллюстрированный журнал/ Учредитель ЗАО редакция журнала «Физкультура и спорт». – Архив номеров в фонде ОНБ ЛФ ПНИПУ 2005-2018 гг., № 1,2,3,4,5,6,7,8 за 2019	ЭР	

СОГЛАСОВАНО:

Зав. отделом научной библиотеки _____ Л.А. Стругова

Книгообеспеченность дисциплины составляет:

- основной учебной литературой: на 01.09.2019 - 1экз/обуч.

(число, месяц, год) (экз. на 1 обучаемого)

- дополнительной учебной литературой: на 01.09.2019 - 1экз/обуч.

(число, месяц, год) (экз. на 1 обучаемого)

Отдел научной библиотеки
Лысьвенского филиала федерального
государственного бюджетного образовательного
учреждения высшего профессионального
образования «Пермский национальный
исследовательский политехнический университет»

Лист регистрации изменений

№ п.п.	Содержание изменений	Дата, номер протокола заседания кафедры. Подпись заведующего кафедрой
1	Считать целесообразным применение данного элемента УМКД в 2020-2021 уч. году, в связи с этим на титульном листе строку «Лысьва, 2019» заменить словами «**Лысьва, 2020**»	31.08.2020, протокол №1 Доцент с и.о. зав. каф. ОНД _____/ Е. Н. Хаматнурова Секретарь заседания кафедры ОНД _____/ О.Н. Карсакова
2	В разделе 6 Перечень учебно-методического и информационного обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине, в подразделе 6.1 Карта обеспеченности дисциплины Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для изучения дисциплины, **заменить на новый**	31.08.2020, протокол №1 Доцент с и.о. зав. каф. ОНД _____/ Е. Н. Хаматнурова Секретарь заседания кафедры ОНД _____/ О.Н. Карсакова

6.1. Карта обеспеченности учебно-методической литературой дисциплины «Физическая культура и спорт»

Перечень основной и дополнительной учебной

Направление	Семестры	Кол-во студентов	Библиографическое описание издания (автор, заглавие, вид, место, изд-во, год издания, кол-во страниц)	Количество экземпляров в библиотеке	Основной лектор
			Основная литература		
			1.Бароненко, В.А. Здоровье и физическая культура студента: учебное пособие / Л.А.Рапорт. –М.: Альфа-М, 2010.-336 с.	10	
			Виленский, М.Я. Физическая культура: учебник / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. – М.: КноРус, 2016. – 216 с.	10	
			2.Решетников, Н.В. Физическая культура: учебное пособие/ Н.В. Решетников.-4-е изд., стер. – М.: ИЦ Академия, 2008.-152 с.	25	
			4. 8. Кадыров, Р. М. Теория и методика физической культуры студентов СПбГАСУ : учебное пособие / Р. М. Кадыров, В. Д. Гетьман, А. В. Караван. — Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2015. — 150 с. —	ЭР	

			6. Пшеничников, А. Ф. Физическая культура студента. (Методико-практические занятия) : учебное пособие / А. Ф. Пшеничников. — Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2012. — 218 с. — ISBN 978-5-9227-0386-0. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/19345.html по IP-адресам компьютерной сети ПНИПУ. **Периодические издания** 1.ФиС: ежемесячный иллюстрированный журнал/ Учредитель ЗАО редакция журнала «Физкультура и спорт». – Архив номеров в фонде ОНБ ЛФ ПНИПУ 2005- 2019uu/	ЭР	

СОГЛАСОВАНО:

Зав. отделом научной библиотеки _____ Л.А. Стругова

Книгообеспеченность дисциплины составляет:

- основной учебной литературой: на 01.09.2020 - 1экз/обуч.

(число, месяц, год) (экз. на 1 обучаемого)

- дополнительной учебной литературой: на 01.09.2020 - 1экз/обуч.

(число, месяц, год) (экз. на 1 обучаемого)

Отдел научной библиотеки

Лист регистрации изменений

№ п.п.	Содержание изменений	Дата, номер протокола заседания кафедры. Подпись заведующего кафедрой
1	Во исполнение пункта 16 приказа от 07.04.2021 года № 24-О «О создании автономного учреждения путем изменения типа существующего учреждения», на титульном листе строку «Лысьвенский филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования» **изложить в следующей редакции «Лысьвенский филиал федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования»**	«28» 06 2021 г., протокол №39 Доцент с и.о. зав. каф. ОНД _____ / Е.Н. Хаматнурова