


МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«ТЮМЕНСКИЙ ИНДУСТРИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
«ТОБОЛЬСКИЙ ИНДУСТРИАЛЬНЫЙ ИНСТИТУТ» (ФИЛИАЛ)

Кафедра естественнонаучных и гуманитарных дисциплин

УТВЕРЖДАЮ
Председатель КСН
 О.Н. Кузяков
«13» июня 2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
для обучающихся наборов с 2019 г.

Дисциплина: «Общая физическая подготовка»

Направление подготовки: 15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств

Профиль: Автоматизация технологических процессов и производств в нефтяной и газовой промышленности

Квалификация: бакалавр

Программа академического бакалавриата

Форма обучения: очная/заочная

Курс: 1-3/2

Семестр: 1-5/3

Контактная работа 296/10 ак.ч., в т.ч.:

практические занятия – 296/10 ак.ч.

Самостоятельная работа – 32/ 318 ак.ч.

Вид промежуточной аттестации:

зачет – 1-5 /3 семестр

Общая трудоемкость 328/328 ак.ч.

Рабочая программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки 15.03.04 «Автоматизация технологических процессов и производств», утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 12 марта 2015 года №200.

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры естественнонаучных и гуманитарных дисциплин
Протокол № 15 от 07.06.2019 г.

Заведующий кафедрой естественнонаучных и гуманитарных дисциплин



С.А. Татьянаенко

СОГЛАСОВАНО:
Заведующий выпускающей кафедрой
«07» июня 2019 г.



Г.В. Иванов

Рабочую программу разработал:

канд. пед. наук, доцент



/ О.В. Злыгостев/

1. Цели и задачи дисциплины

Цель формирование общей физической подготовки личности, наличие которой обеспечивает готовность к социально – профессиональной деятельности, включение в здоровый образ жизни, в систематическое физическое самосовершенствование.

Задачи изучения дисциплины

1. Формирование основ физической культуры и здорового образа жизни;
2. Формирование общественных и личностных представлений о престижности высокого уровня здоровья и разносторонней физической подготовленности;
3. Содействие гармоническому физическому развитию, выработке умений использовать физические упражнения, гигиенические факторы и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостояние стрессам;
4. Формирование знаний о закономерностях двигательной активности, значение занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности;
5. Расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и умения применять их в различных по сложности условиях;

2. Место дисциплины в структуре ОПОП:

Дисциплина «Общая физическая подготовка» является элективной дисциплиной по физической культуре и спорту. Она логически и содержательно связана с дисциплинами «Физическая культура и спорт», «Прикладная физическая культура», «Адаптивная физическая культура».

3. Требования к результатам освоения дисциплины:

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций.

Номер компетенции	Содержание компетенции	В результате изучения дисциплины обучающиеся должны		
		знать	уметь	владеть
ОК- 7	способность поддерживать должный уровень физической подготовленности и для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	принципы и закономерности воспитания и совершенствования физических качеств	различать факторы, определяющие здоровье человека, понятие здорового образа жизни и его составляющие	методиками и методами самодиагностики, самооценки, средствами оздоровления для самокоррекции здоровья различными формами двигательной деятельности

4. Содержание дисциплины

4.1. Содержание разделов и тем дисциплины

№ п/п	Наименование раздела программы	Содержание раздела дисциплины
1	Теория и методика физической культуры	Современное состояние и место физической культуры в современном обществе. Основные понятия. Социальные функции физической культуры и спорта. История развития физической культуры. Состояние физической культуры и спорта в Российской Федерации. Средства физической культуры. Методы физического воспитания. Классификация. Принципы и методы в системе обучения физической культуры и спорта. Классификация. Физические качества. Оздоровительные системы физической культуры и спорта. Оздоровительная физическая культура. Основные понятия, сущность и значение.
2	Здоровый образ жизни. Оздоровительные методики. Общая физическая подготовка (ОФП)	Оздоровительная гимнастика. Система кросс-фит. Стретчинг-гимнастика. Системы йога. Изометрическая гимнастика. Дыхательная гимнастика по Стрельниковой. Фитнесс. Атлетическая гимнастика. Тест Кушпера. Система Моргауза. Разучивание комплексов гигиенической гимнастики. Оздоровительная ходьба и бег. Атлетическая гимнастика (юноши), стретчинг-гимнастика (девушки). Элементы фитнеса (девушки), силовой подготовки (юноши) Упражнения на развитие всех мышечных групп. Сдача контрольного норматива. Сдача контрольного норматива. Учебно-тренировочная игра.

4.2. Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами

№ п/п	Наименование обеспечиваемых (последующих) дисциплин	№ разделов и тем данной дисциплины, необходимых для изучения обеспечиваемых (последующих) дисциплин (вписываются разработчиком)	
		1	2
1.	Прикладная физическая культура	+	+
2.	Физическая культура и спорт	+	+
3.	Адаптивная физическая культура	+	+

4.3. Разделы (модули) и темы дисциплин и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекции, ак. час	Практические занятия, ак. час	СРС	Всего
1.	Теория и методика физической культуры	-	101/1	14/159	115/160
2.	Здоровый образ жизни. Оздоровительные методики. Общая физическая подготовка (ОФП)	-	195/9	18/159	213/168
	ИТОГО:	-	296/10	32/318	328/328

5. Перечень тем лекционных занятий

6. Перечень практических занятий

№ раздела (модуля) и темы дисцип.	Наименование практических работ	Трудоемкость (ак.час)	Формируемые компетенции	Методы преподавания
1	Современное состояние и место физической культуры в современном обществе. Основные понятия. Социальные функции физической культуры и спорта.	11/1	ОК-7	Диалог
	История развития физической культуры.	11/-		Диалог
	Состояние физической культуры и спорта в Российской Федерации.	11/-		Диалог-беседа
	Средства физической культуры.	15/-		Диалог-беседа
	Методы физического воспитания. Классификация.	13/-		Диалог-беседа
	Принципы и методы в системе обучения физической культуры и спорта. Классификация.	10/-		Диалог-беседа
	Физические качества.	10/-		Диалог-беседа
	Оздоровительные системы физической культуры и спорта.	10/-		Беседа, опрос.
	Оздоровительная физическая культура. Основные понятия, сущность и значение.	10/-		Диалог-беседа
	2	Оздоровительная гимнастика.		10/-
Система кросс-фит.		10/-	Словесные методы	
Стретчинг-гимнастика.		15/-	Метод частично-регламентированного упражнения	
Системы йога.		10/-	Метод показа	
Изометрическая гимнастика.		10/-	Метод попеременно-интервального упражнения	
Дыхательная гимнастика по Стрельниковой.		10/-	Словесные методы	
Фитнесс.		10/-	Наглядный метод	
Атлетическая гимнастика.		10/-	Метод показа	
Тест Куппера.		10/-	Метод частично-регламентированного упражнения	
Система Моргауза.		10/-	Словесные методы	
Разучивание комплексов гигиенической гимнастики.		10/-	Переменно-интервальный метод	
Оздоровительная ходьба и бег.		10/-	Переменно-	

				интервальный метод
	Атлетическая гимнастика (юноши), стретчинг-гимнастика (девушки).	10/-		Комментарии, беседа, разбор
	Элементы фитнеса (девушки), силовой подготовки (юноши)	10/-		Наглядный метод
	Упражнения на развитие всех мышечных групп.	10/5		Соревновательный метод
	Сдача контрольного норматива.	10/-		Метод показа
	Сдача контрольного норматива.	10/-		Словесные методы
	Учебно-тренировочная игра.	20/4		Наглядный метод
	Итого	296/10		

7. Перечень самостоятельной работы

№ раздела и темы дисцип.	Наименование самостоятельной работы	Трудоемкость (ак. час)	Оценочные средства	Формируемые компетенции
1,2	Отличительная особенность содержания занятий общей физической подготовкой, направленность занятий на укрепление здоровья.	4/35	Устная защита	ОК-7
	Основные мероприятия по оказанию первой помощи при травмах во время занятий физической культурой и спортом.	4/35	Устная защита	ОК-7
	Формы физической культуры, используемые в организации культурного досуга и здорового образа жизни (туризм, его виды и разновидности, занятия в спортивных секциях и группах общей физической подготовки, самостоятельные занятия физическими упражнениями).	4/35	Устная защита	ОК-7
	Методы регулирования психо-эмоционального состояния, применяемые на занятиях по физической культуре и спорту.	4/35	Устная защита	ОК-7
	Методика проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий и характера работы.	4/35	Устная защита	ОК-7
	Методика самоконтроля за уровнем развития профессионально значимых качеств и свойств личности для будущего специалиста.	3/35	Устная защита	ОК-7
	Социальные функции физической культуры и спорта.	2/35	Устная защита	ОК-7
	Взаимосвязь физкультурно-спортивной деятельности и общекультурного развития студента.	3/35	Устная защита	ОК-7
	Классификация основных физических качеств.	4/38	Устная защита	ОК-7

8. Тематика курсовых проектов (работ) - не предусмотрены

9. Оценка результатов освоения учебной дисциплины

9.1. Распределение баллов по дисциплине для обучающихся очной формы

1 семестр

Таблица 1

1 срок представления результатов текущего контроля	2 срок представления результатов текущего контроля	3 срок представления результатов текущего контроля	Всего
0-25	0-30	0-45	0-100

Таблица 2

№	Виды контрольных мероприятий для обучающихся очной формы	Баллы	№ недели
1.	Активность на занятиях, правильность выполнения задания и т.д.	0-25	1-8
	Итого за 1-ю аттестацию	0-25	
1	Выполнение заданий преподавателя.	0-20	9-11
2	Активность на занятиях, правильность выполнения задания и т.д.	0-10	9-11
	Итого за 2-ю аттестацию	0-30	
1	Сдача контрольных нормативов (тестов). Координация. Абсолютная, относительная сила. Гибкость. Специальная выносливость	0-45	12-18
	Итого за 3-ю аттестацию	0-45	
	ВСЕГО	0-100	

2 семестр

Таблица 3

1 срок представления результатов текущего контроля	2 срок представления результатов текущего контроля	3 срок представления результатов текущего контроля	Всего
0-25	0-30	0-45	0-100

Таблица 4

№	Виды контрольных мероприятий для обучающихся очной формы	Баллы	№ недели
1.	Активность на занятиях, правильность выполнения задания и т.д.	0-25	1-8
	Итого за 1-ю аттестацию	0-25	
1	Выполнение заданий преподавателя.	0-20	9-11
2	Активность на занятиях, правильность выполнения задания и т.д.	0-10	9-11
	Итого за 2-ю аттестацию	0-30	
1	Сдача контрольных нормативов (тестов). Координация. Абсолютная, относительная сила. Гибкость. Специальная выносливость	0-45	12-18
	Итого за 3-ю аттестацию	0-45	
	ВСЕГО	0-100	

3 семестр

Таблица 5

1 срок представления результатов текущего контроля	2 срок представления результатов текущего контроля	3 срок представления результатов текущего контроля	Всего
0-25	0-30	0-45	0-100

Таблица 6

№	Виды контрольных мероприятий для обучающихся очной формы	Баллы	№ недели
1.	Активность на занятиях, правильность выполнения задания и т.д.	0-25	1-8
	Итого за 1-ю аттестацию	0-25	
1	Выполнение заданий преподавателя.	0-20	9-11
2	Активность на занятиях, правильность выполнения задания и т.д.	0-10	9-11
	Итого за 2-ю аттестацию	0-30	
1	Сдача контрольных нормативов (тестов). Координация. Абсолютная, относительная сила. Гибкость. Специальная выносливость	0-45	12-18
	Итого за 3-ю аттестацию	0-45	
	ВСЕГО	0-100	

4 семестр

Таблица 7

1 срок представления результатов текущего контроля	2 срок представления результатов текущего контроля	3 срок представления результатов текущего контроля	Всего
0-25	0-30	0-45	0-100

Таблица 8

№	Виды контрольных мероприятий для обучающихся очной формы	Баллы	№ недели
1.	Активность на занятиях, правильность выполнения задания и т.д.	0-25	1-8
	Итого за 1-ю аттестацию	0-25	
1	Выполнение заданий преподавателя.	0-20	9-11
2	Активность на занятиях, правильность выполнения задания и т.д.	0-10	9-11
	Итого за 2-ю аттестацию	0-30	
1	Сдача контрольных нормативов (тестов). Координация. Абсолютная, относительная сила. Гибкость. Специальная выносливость	0-45	12-18
	Итого за 3-ю аттестацию	0-45	
	ВСЕГО	0-100	

5 семестр

Таблица 9

1 срок представления результатов текущего контроля	2 срок представления результатов текущего контроля	3 срок представления результатов текущего контроля	Всего
0-25	0-30	0-45	0-100

Таблица 10

№	Виды контрольных мероприятий для обучающихся очной формы	Баллы	№ недели
1.	Активность на занятиях, правильность выполнения задания и т.д.	0-25	1-8
	Итого за 1-ю аттестацию	0-25	
1	Выполнение заданий преподавателя.	0-20	9-11
2	Активность на занятиях, правильность выполнения задания и т.д.	0-10	9-11
	Итого за 2-ю аттестацию	0-30	
1	Сдача контрольных нормативов (тестов). Координация. Абсолютная, относительная сила. Гибкость. Специальная выносливость	0-45	12-18
	Итого за 3-ю аттестацию	0-45	
	ВСЕГО	0-100	

9.2. Оценка результатов освоения учебной дисциплины обучающихся заочной формы обучения

3 семестр

Таблица 1

№	Виды контрольных мероприятий	Баллы
1.	Работа на практических занятиях	0-20
2.	Сдача контрольного норматива.	0-30
3.	Активность на занятиях, правильность выполнения упражнения и т.д.	0-30
4.	Презентация самостоятельной оздоровительной методики.	0-20
	ВСЕГО	0-100

10. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

10.1 КАРТА ОБЕСПЕЧЕННОСТИ ДИСЦИПЛИНЫ УЧЕБНОЙ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРОЙ

Учебная дисциплина: Общая физическая подготовка

Форма обучения: очная/ заочная

Кафедра: Естественнонаучных и гуманитарных дисциплин

курс 1-3/2, семестр 1-5/3

Код, направление подготовки: 15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств

Учебная, учебно-методическая литература по рабочей программе	Название учебной и учебно-методической литературы, автор, издательство	Год издания	Вид издания	Вид занятий	Кол-во экземпляров в БИК	Контингент обучающихся, использующих указанную литературу	Обеспеченность обучающихся литературой, %	Место хранения	Наличие эл. варианта в электронно-библиотечной системе ТИУ
Основная	Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 191 с. — (Университеты России). — ISBN 978-5-534-07190-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://www.biblio-online.ru/bcode/438915 (дата обращения: 27.08.2019).	2019	УП	Л	ЭР	30	100	БИК	ЭБС Юрайт
	Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 224 с. — (Бакалавр и магистр. Модуль). — ISBN 978-5-534-04492-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://www.biblio-online.ru/bcode/438651 (дата обращения: 27.08.2019).	2019	УП	Л	ЭР	30	100	БИК	ЭБС Юрайт
	Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах : учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 160 с. — (Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-10524-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://www.biblio-online.ru/bcode/430716 (дата обращения: 27.08.2019).	2019	УП	Л	ЭР	30	100	БИК	ЭБС Юрайт

Зав. кафедрой



С.А.Татьяненко

«07» июня 2019 г.

9.2 Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

1. gto-normativy.ru/oficialnye-...
2. gto.ru
3. <http://educon2.tsogu.ru:8081/login/index.php> - Система поддержки дистанционного обучения
4. <http://www.i-exam.ru/> - Интернет тестирование в сфере образования
5. www.biblio-online.ru» - ЭБС ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ»

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины:

Наименование	Перечень оборудования, необходимого для успешного освоения дисциплины
<p>Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа; групповых и индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации</p>	<p>Мультимедийная аудитория 411</p> <p>Оснащенность: Учебная мебель: - стол ученический - 17 шт.; - стул ученический - 26 шт.; - доска – 1 шт.</p> <p>Оборудование: - ноутбук - 1 шт.; - проектор - 1 шт.; - экран настенный - 1 шт.; - компьютерная мышь - 1 шт.; - телевизор - 1 шт.</p> <p>Комплект учебно-наглядных пособий</p> <p>Программное обеспечение: - Microsoft Office Professional - Microsoft Windows - Adobe Acrobat Reader DC</p>
<p>Универсальный спортивный зал с игровой площадкой для баскетбола, волейбола, мини футбола, тенниса, атлетической и ритмической гимнастики</p>	<p>Кабинет 19</p> <p>Оборудование: Гигрометр Testo 608-H1 для измерения влажности в диапазоне +10...+95%ОВ – 1 шт., - стойка волейбольная универсальная со скатами, крышками и механизмом натяжения – 1 шт.; - теннисный стол «Indor Small (сетка) Sunflex – 2 шт.; антенна и сетка волейбольные – 1 шт., - мяч волейбольный «MIKASA MVA300» - 1 шт., - мяч волейбольный «MIKASA SKV5» - 5 шт., - мяч волейбольный «MIKASA MVA310» игровой – 1 шт., - тренажер спортивный – 3 шт., - комплект: ботинки «Fischer XC Sport», лыжи «Tisa», лыжные палки стеклопластик, креп – 20 шт., - шахматы обиходные (дерево) – 4 шт.</p>
<p>Помещение для самостоятельной работы обучающихся с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду</p>	<p>Кабинет 220</p> <p>Оснащенность: Учебная мебель: столы, стулья</p> <p>Оборудование: - ноутбук – 5 шт, - компьютерная мышь – 5 шт.</p> <p>Программное обеспечение: - Microsoft Office Professional Plus - Microsoft Windows</p>
	<p>Кабинет 208</p> <p>Оснащенность: Учебная мебель: столы, стулья</p> <p>Оборудование: - Ноутбук– 5 шт. - Компьютерная мышь – 5 шт.</p> <p>Программное обеспечение: - Microsoft Office Professional Plus - Microsoft Windows</p>

Наименование	Перечень оборудования, необходимого для успешного освоения дисциплины
Кабинет для текущего контроля и промежуточной аттестации – кабинет электронного тестирования	<p>Компьютерный класс: кабинет 323</p> <p>Оснащенность: Учебная мебель: столы, стулья Оборудование: - системный блок – 1 шт. - монитор – 1шт. - моноблок – 15 шт. - проектор – 1шт. - экран настенный – 1 шт.</p> <p>Программное обеспечение: - Microsoft Office Professional Plus - Microsoft Windows</p>
Кабинет, для самостоятельной работы обучающихся - лиц с ограниченными возможностями здоровья, оснащенный компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и наличием доступа в электронную информационно-образовательную среду организации	<p>Кабинет 105 2 компьютерных рабочих места для инвалидов — колясочников:</p> <p>Оснащенность: Учебная мебель: столы, стулья Оборудование: - системный блок - 2 шт. - монитор – 2 шт.</p> <p>Программное обеспечение: - Microsoft Office Professional Plus - Microsoft Windows</p>

Планируемые результаты обучения для формирования компетенции и критерии их оценивания

Дисциплина: Общая физическая культура

Направление подготовки: 15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств

Профиль: Автоматизация технологических процессов и производств в нефтяной и газовой промышленности

Код компетенции	Код и наименование результата обучения по дисциплине	Критерии оценивания результатов обучения			
		1-2	3	4	5
ОК-7 способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знать (З 1) цели и задачи общей физической подготовки в системе физического воспитания; современные популярные системы физических упражнений	Не знает цели и задачи общей физической подготовки в системе физического воспитания; современные популярные системы физических упражнений	знает цели и задачи общей физической подготовки в системе физического воспитания; современные популярные системы физических упражнений	Демонстрирует достаточные знания цели и задачи общей физической подготовки в системе физического воспитания; современные популярные системы физических упражнений	в совершенстве знает цели и задачи общей физической подготовки в системе физического воспитания; современные популярные системы физических упражнений
	Уметь (У 1) использовать средства физической культуры для общей физической подготовки в системе физического воспитания; самостоятельно выбирать систему физических упражнений для укрепления здоровья, для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Не умеет использовать средства физической культуры для общей физической подготовки в системе физического воспитания; самостоятельно выбирать систему физических упражнений для укрепления здоровья, для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	уверенно использовать средства физической культуры для общей физической подготовки в системе физического воспитания; самостоятельно выбирать систему физических упражнений для укрепления здоровья, для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Уверенно применять средства физической культуры для общей физической подготовки в системе физического воспитания; самостоятельно выбирать систему физических упражнений для укрепления здоровья, для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	в совершенстве применять средства физической культуры для общей физической подготовки в системе физического воспитания; самостоятельно выбирать систему физических упражнений для укрепления здоровья, для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
	Владеть (В 1) средствами общей физической подготовки в системе физического воспитания; методами самостоятельного выбора системы физических упражнений для укрепления здоровья, для обеспечения	Не владеет средствами общей физической подготовки в системе физического воспитания; методами самостоятельного выбора системы физических упражнений для укрепления здоровья, для обеспечения	уверенно владеет средствами общей физической подготовки в системе физического воспитания; методами самостоятельного выбора системы физических упражнений для укрепления здоровья, для обеспечения	владеет средствами общей физической подготовки в системе физического воспитания; методами самостоятельного выбора системы физических упражнений для укрепления здоровья, для обеспечения	хорошо владеет средствами общей физической подготовки в системе физического воспитания; методами самостоятельного выбора системы физических упражнений для укрепления здоровья, для обеспечения

Код компетенции	Код и наименование результата обучения по дисциплине	Критерии оценивания результатов обучения			
		1-2	3	4	5
	полноценной социальной и профессиональной деятельности	полноценной социальной и профессиональной деятельности обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	полноценной социальной и профессиональной деятельности обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	полноценной социальной и профессиональной деятельности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	полноценной социальной и профессиональной деятельности обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Дополнения и изменения
к рабочей учебной программе по дисциплине
«Общая физическая подготовка»
на 2019-2020 учебный год

Обновления внесены в следующие разделы рабочей программы учебной дисциплины:

- 1) перечень тем для самостоятельной работы (п.7.);
- 2) оценка результатов освоения учебной дисциплины (п.9.);
- 3) обновления вносятся в методы преподавания, в связи с переходом на обучение в электронной информационно-образовательной среде. Основной упор делается на самостоятельную работу обучающихся (работа в электронной системе поддержки учебного процесса Educon), корреспондентский метод (обмен информацией, заданиями, результатами по электронной почте), метод проектов.

7. Перечень тем для самостоятельной работы

№ п\п	№ Раздела и темы дисцип.	Наименование самостоятельной работы	Трудоемкость (ак.ч)	Оценочные средства	Формируемые компетенции
1	1,2	Отличительная особенность содержания занятий общей физической подготовкой, направленность занятий на укрепление здоровья.	4	Реферат, итоговая работа	ОК-7
2		Основные мероприятия по оказанию первой помощи при травмах во время занятий физической культурой и спортом.	4	Реферат, итоговая работа	ОК-7
3		Формы физической культуры, используемые в организации культурного досуга и здорового образа жизни (туризм, его виды и разновидности, занятия в спортивных секциях и группах общей физической подготовки, самостоятельные занятия физическими упражнениями).	4	Реферат, итоговая работа	ОК-7
4		Методы регулирования психо-эмоционального состояния, применяемые на занятиях по физической культуре и спорту.	4	Реферат, итоговая работа	ОК-7
5		Методика проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий и характера работы.	4	Реферат, итоговая работа	,ОК-7
6		Методика самоконтроля за уровнем развития профессионально значимых качеств и свойств личности для будущего специалиста.	4	Реферат, итоговая работа	ОК-7
7		Социальные функции физической культуры и спорта.	2	Реферат, итоговая работа	ОК-7

№ п/п	№ Раздела и темы дисцип.	Наименование самостоятельной работы	Трудоемкость (ак.ч)	Оценочные средства	Формируемые компетенции
8		Взаимосвязь физкультурно-спортивной деятельности и общекультурного развития обучающегося .	3	Реферат, итоговая работа	ОК-7
9		Классификация основных физических качеств.	2	Реферат, итоговая работа	ОК-7
Итого			31		

9. Оценка результатов освоения учебной дисциплины

9.1. Распределение баллов по дисциплине для обучающихся очной формы

Таблица 1

2 семестр

1 срок представления результатов текущего контроля	2 срок представления результатов текущего контроля	3 срок представления результатов текущего контроля	Всего
0-25	0-30	0-45	0-100

Таблица 2

№	Виды контрольных мероприятий	Баллы	№ недели
1.	Презентация оздоровительной методики.	0-15	3 5
2.	Активность на занятиях, правильность выполнения упражнения и т.д.	0-10	1-8
ИТОГО		0-25	
3.	Реферат	0-30	9-12
ИТОГО		0-30	
4.	Итоговое задание для промежуточной аттестации	0-45	13/18
ИТОГО		0-45	
ВСЕГО		0-100	

Дополнения и изменения внес:
канд. пед. наук, доцент



Злыгостев О.В.

Дополнения (изменения) в рабочую учебную программу рассмотрены и одобрены на заседании кафедры ЕНГД.
Протокол № 10 от «19» марта 2020 г.

Зав. кафедрой ЕНГД



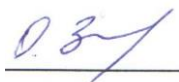
С.А. Татьянаенко

Дополнения и изменения
к рабочей учебной программе по дисциплине
«Общая физическая подготовка»
на 2020-2021 учебный год

Обновления внесены в следующие разделы рабочей программы учебной дисциплины:

1. Карта обеспеченности дисциплины учебной и учебно-методической литературой (п.10.1).
2. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы (п.10.2).
3. Материально-техническое обеспечение не обновляется в 2020-2021 уч.г.
4. В случае организации учебной деятельности в электронной информационно-образовательной среде университета в условиях предупреждения распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19) обновления вносятся:
 - а. в методы преподавания: корреспондентский метод (обмен информацией, заданиями, результатами в электронной системе поддержки учебного процесса Educon и по электронной почте). Учебные занятия (лекции, практические занятия, лабораторные работы) проводятся в режиме on-line (на платформе ZOOM и др.). Самостоятельная работа обучающихся осуществляется в электронной системе поддержки учебного процесса Educon;
 - б. в п.9 Оценка результатов учебной дисциплины.

Дополнения и изменения внес:
канд. пед. наук, доцент



О.В.Злыгостев

Дополнения (изменения) в рабочую учебную программу рассмотрены и одобрены на заседании кафедры ЕНГД.

Протокол № 14 от «17» июня 2020 г.

Зав. кафедрой ЕНГД



С.А.Татьяненко

10. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

10.1 Карта обеспеченности дисциплины учебной и учебно-методической литературой

Учебная дисциплина «Общая физическая подготовка»
Кафедра естественнонаучных и гуманитарных дисциплин

Форма обучения: очная/заочная
курс: 1-3\2
семестр: 1-5\3

Код, направление подготовки 15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств

Фактическая обеспеченность дисциплины учебной и учебно-методической литературой

Учебная, учебно-методическая литература по рабочей программе	Название учебной и учебно-методической литературы, автор, издательство	Год издания	Вид издания	Вид занятий	Кол-во экземпляров в БИК	Контингент обучающихся, использующих указанную литературу	Обеспеченность обучающихся литературой, %	Место хранения	Электронный вариант
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Основная	Письменский, И. А. Физическая культура : учебник для вузов / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 450 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14056-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/467588 (дата обращения: 31.08.2020).	2020	У, П	Л, ПР	ЭР	16	100	БИК	ЭБС Юрайт
	Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов : учебное пособие для вузов / М. С. Эммерт, О. О. Фаина, И. Н. Шевелева, О. А. Мельникова. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 110 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11767-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/457039 (дата обращения: 31.08.2020).	2020	УП	ПР	ЭР	16	100	БИК	ЭБС Юрайт
	Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах : учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 160 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10524-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/454861 (дата обращения: 31.08.2020).	2020	У	Л	ЭР	16	100	БИК	ЭБС Юрайт

Зав. кафедрой



С.А.Татьяненко

«17» июня 2020 г.

10.2. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

1. fizkultura.ru
2. <http://educon2.tsogu.ru> - Система поддержки дистанционного обучения
3. <http://www.i-exam.ru/> - Интернет тестирование в сфере образования
4. www.biblio-online.ru» - ЭБС ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ

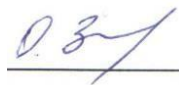
Дополнения и изменения
к рабочей учебной программе по дисциплине
«Общая физическая подготовка»
на 2021-2022 учебный год

Обновления внесены в следующие разделы рабочей программы учебной дисциплины:

1. Карта обеспеченности дисциплины учебной и учебно-методической литературой (п.10.1).
2. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы (п.10.2).
3. Материально-техническое обеспечение дисциплины (п. 11).
4. В случае организации учебной деятельности в электронной информационно-образовательной среде университета в условиях предупреждения распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19) обновления вносятся в методы преподавания: корреспондентский метод (обмен информацией, заданиями, результатами в электронной системе поддержки учебного процесса Eduson и по электронной почте). Учебные занятия (лекции, практические занятия, лабораторные работы) проводятся в режиме on-line (на платформе ZOOM и др.).

Дополнения и изменения внес:

канд. пед. наук, доцент



О.В.Злыгостев

Дополнения (изменения) в рабочую учебную программу рассмотрены и одобрены на заседании кафедры ЭЭ.

Протокол № 11 от «30» августа 2021 г.

Зав. кафедрой



С.А. Татьянаенко


10.1. Карта обеспеченности дисциплины учебной и учебно-методической литературой

Учебная дисциплина: Общая физическая подготовка
 Кафедра естественнонаучных и гуманитарных дисциплин
 Код, направление подготовки: 15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств

Форма обучения:
 очная/ заочная: 1-3/2 курс, 1-5/3 семестр

1. Фактическая обеспеченность дисциплины учебной и учебно-методической литературой

Учебная, учебно-методическая литература по рабочей программе	Название учебной и учебно-методической литературы, автор, издательство	Год издания	Вид издания	Вид занятий	Кол-во экземпляров в БИК	Контингент обучающихся, использующих указанную литературу	Обеспеченность обучающихся литературой, %	Место хранения	Электронный вариант (+/-)
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Основная	Письменский, И. А. Физическая культура: учебник для вузов / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 450 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14056-9. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/467588 .	2020	УП	ПЗ	20	25	100	ОИО	-
	Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов: учебное пособие для вузов / М. С. Эммерт, О. О. Фадина, И. Н. Шевелева, О. А. Мельникова. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 110 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11767-7. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/457039 .	2020	УП	ПЗ	ЭР	25	100	БИК	+
Дополнительная	Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах: учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 160 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10524-7. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/454861 .	2020	УП	ПЗ, СРС	ЭР	25	100	БИК	+

Зав. кафедрой 
 «30» августа 2021 г.

С.А. Татьянаенко

10.2. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

1. Электронный каталог/Электронная библиотека ТИУ – <http://webirbis.tsogu.ru/>
2. Электронно-библиотечной система «IPRbooks» – <http://www.iprbookshop.ru/>
3. Электронная нефтегазовая библиотека РГУ нефти и газа им. Губкина (Российский государственный университет нефти и газа им. И.М. Губкина) – <http://elib.gubkin.ru/>
4. Научная электронная библиотека ELIBRARY.RU – <http://www.elibrary.ru/>
5. Электронно-библиотечная система «Лань» – <https://e.lanbook.com/>
6. Электронно-библиотечная система «Консультант студента» –
7. <https://www.studentlibrary.ru/>
8. Электронно-библиотечная система «Book.ru» – <https://www.book.ru/>
9. Электронная библиотека ЮРАЙТ – <https://urait.ru/>

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины:

Наименование	Перечень оборудования, необходимого для успешного освоения дисциплины
Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа (практических занятий); групповых и индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации	Универсальный спортивный зал: кабинет 19 Спортивный инвентарь: <ul style="list-style-type: none">- гигрометр Testo 608-H1 для измерения влажности в диапазоне +10...+95%ОВ – 1 шт.- стойка волейбольная универсальная со скатами, крышками и механизмом натяжения – 1 шт.- теннисный стол «Indor Small (сетка) Sunflex – 2 шт.- антенна и сетка волейбольные – 1 шт.- мяч волейбольный «MIKASA MVA300» - 1 шт.- мяч волейбольный «MIKASA SKV5» - 5 шт.- мяч волейбольный «MIKASA MVA310» игровой – 1 шт.- тренажер спортивный – 3 шт.- комплект: ботинки «Fischer XC Sport», лыжи «Tisa», лыжные палки стеклопластик, креп – 20 шт.- шахматы обиходные (дерево) – 4 шт.
Помещение для самостоятельной работы обучающихся с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду	Кабинет 220 Оснащенность: Учебная мебель: столы, стулья Оборудование: <ul style="list-style-type: none">- ноутбук – 5 шт,- компьютерная мышь – 5 шт. Программное обеспечение: <ul style="list-style-type: none">- Microsoft Office Professional Plus- Microsoft Windows

Наименование	Перечень оборудования, необходимого для успешного освоения дисциплины
	<p>Кабинет 208</p> <p>Оснащенность: Учебная мебель: столы, стулья</p> <p>Оборудование:</p> <ul style="list-style-type: none">- Ноутбук– 5 шт.- Компьютерная мышь – 5 шт. <p>Программное обеспечение:</p> <ul style="list-style-type: none">- Microsoft Office Professional Plus- Microsoft Windows

**Дополнения и изменения
к рабочей программе дисциплины
«Общая физическая подготовка»
на 2022-2023 учебный год**

С учётом развития науки, практики, технологий и социальной сферы, а также результатов мониторинга потребностей работодателей, в рабочую программу вносятся следующие дополнения (изменения):

№	Вид дополнений/изменений	Содержание дополнений/изменений, вносимых в рабочую программу
1	Актуализация списка используемых источников	Дополнения (изменения) внесены в карту обеспеченности дисциплины учебной и учебно-методической литературой (Прил. 2).

**КАРТА
обеспеченности дисциплины учебной и учебно-методической литературой**

Дисциплина: Общая физическая подготовка

Код, направление подготовки: 15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств

Направленность (профиль): Автоматизация технологических процессов и производств в нефтяной и газовой промышленности

№ п/п	Название учебного, учебно-методического издания, автор, издательство, вид издания, год издания	Количество экземпляров в БИК	Контингент обучающихся, использующих указанную литературу	Обеспеченность обучающихся литературой, %	Наличие электронного варианта ЭБС (+/-)
1	Письменский, И. А. Физическая культура: учебник для вузов / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 450 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14056-9. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/467588 .	ЭР	20	100	+
2	Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов: учебное пособие для вузов / М. С. Эммерт, О. О. Фаина, И. Н. Шевелева, О. А. Мельникова. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 110 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11767-7. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/457039 .	ЭР	20	100	+
3	Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах: учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 160 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10524-7. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/454861 .	ЭР	20	100	+

Дополнения и изменения внес:

канд. пед. наук, доцент



О.В. Злыгостев

Дополнения (изменения) в рабочую программу рассмотрены и одобрены на заседании кафедры естественнонаучных и гуманитарных дисциплин.

Заведующий кафедрой



С.А. Татьянаенко

СОГЛАСОВАНО:

И.о. заведующего выпускающей кафедрой
«30» августа 2022 г.

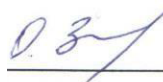


Е.С. Чижикова

**Дополнения и изменения
к рабочей программе дисциплины
Общая физическая подготовка
на 2023-2024 учебный год**

Дополнения и изменения в рабочую программу не вносятся (*дисциплина в 2023-2024 учебном году не изучается*).

Дополнения и изменения внес:
канд. пед. наук, доцент



О.В. Злыгостев

Дополнения (изменения) в рабочую программу рассмотрены и одобрены на заседании кафедры естественнонаучных и гуманитарных дисциплин.

Заведующий кафедрой



С.А. Татьянаенко

СОГЛАСОВАНО:

И.о. заведующего выпускающей кафедрой



Е.С. Чижикова

«30» августа 2023 г.