

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«ТЮМЕНСКИЙ ИНДУСТРИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Филиал ТИУ в г. Ноябрьске

Кафедра Прикладной математики и естественнонаучных дисциплин

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплина **Общая физическая подготовка**
направление 23.03.03 Эксплуатация транспортно –
технологических машин и комплексов
профиль Автомобили и автомобильное хозяйство
квалификация бакалавр
программа прикладного бакалавриата

курс 1-3

семестр 1-5

Аудиторные занятия 293 час., в т.ч.:

Лекции – не предусмотрены

Практические занятия – 293 час.

Лабораторные занятия – не предусмотрены

Самостоятельная работа – 35 часов, в т.ч.:

Курсовая работа (проект) – не предусмотрена

Расчётно-графические работы – не предусмотрены

Вид промежуточной аттестации:

Зачёт – 1-5 семестр

Общая трудоемкость 328 (часов.)

Рабочая программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 23.03.03 Эксплуатация транспортно-технологических машин и комплексов, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 14.12. 2015 года № 1470

Рабочая программа рассмотрена
на заседании кафедры ПМЕНД

Протокол № 9 от «15» мая 2019 г.

Заведующий кафедрой ПМЕНД  О.С. Тамер

№ 9 от «15» мая 2019 г

СОГЛАСОВАНО:


Заведующий

выпускающей кафедры ТТНК  А.В. Козлов

№ 9 от «15» мая 2019 г

Рабочую программу разработали:

Г.В. Пасько, ассистент


(подпись)

1 Цели и задачи изучения дисциплины

Целью изучения дисциплины **Общая физическая подготовка** является 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 жизни и профессиональной деятельности

Задачи изучения дисциплины:

- понимание социальной значимости физической культуры и ее роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание 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 совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических 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.

2 Место дисциплины в структуре ОПОП

В высших учебных заведениях **Общая физическая подготовка** представлена как учебная дисциплина и важнейший компонент целостного развития личности. Являясь компонентом общей культуры, психофизического становления и профессиональной подготовки обучающихся в течение всего периода обучения, **Общая физическая подготовка** входит в вариативную часть Блока 1 ОПОП.

Данная дисциплина позволяет использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья;
- подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации;
- организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях;
- активной творческой деятельности по формированию здорового образа жизни.

3 Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины Общая физическая подготовка направлен на формирование следующих компетенций:

Таблица 1

Номер компетенции	Содержание компетенции	В результате изучения дисциплины обучающиеся должны		
		знать	уметь	владеть
ОК-8	Способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни; влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; правила и способы планирования индивидуальных	использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни ; выполнять индивидуально подобные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетической гимнастики; выполнять	навыками использования приобретенных знаний и умений в практической деятельности и повседневной жизни для: повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья; навыками подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации; навыками организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха

		занятий различной целевой направленности.	простейшие приемы самомассажа и релаксации; преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой	и при участии в массовых спортивных соревнованиях; навыками формирования в процессе активной творческой деятельности здорового образа жизни; средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности
ОК-9	Способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	методы и средства защиты в чрезвычайных ситуациях на объектах нефтегазового комплекса; требования промышленной, экологической безопасности и охраны труда на объектах нефтегазового комплекса; предельно допустимые концентрации вредных веществ и их действие на	использовать средства защиты на объектах нефтегазового комплекса; способность при возникновении чрезвычайных ситуаций оказать первичную помощь и использовать средства защиты для сохранения здоровья персонала	навыками использования средств защиты при возникновении чрезвычайных ситуаций, в т.ч. и виртуальном; навыками оказания первой помощи при возникновении чрезвычайных ситуаций

		<p>организм человека, состояние технологического оборудования; методы и способы оказания первой помощи при возникновении чрезвычайных ситуаций</p>		
--	--	--	--	--

4 Содержание дисциплины

Содержание дисциплины соответствует современному уровню развития науки, техники, культуры и производства и отражает перспективы их развития.

4.1 Содержание разделов и тем дисциплины

Таблица 2

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела дисциплины
1	Формирование навыков здорового образа жизни средствами физической культуры.	Социально- биологические основы физической культуры и здоровый образ жизни. Понятие здорового образа жизни. Выполнение комплексов дыхательных упражнений. Выполнение комплексов утренней гимнастики. Выполнение комплексов упражнений для глаз. Выполнение комплексов упражнений по формированию осанки. Выполнение комплексов упражнений для снижения массы тела. Выполнение комплексов упражнений для наращивания массы тела. Выполнение комплексов упражнений по профилактики плоскостопия. Выполнение комплексов упражнений при сутулости, нарушения осанки, в грудном и поясничном отделах, упражнений для укрепления мышечного корсета, для укрепления мышц брюшного пресса.
2	Развитие и совершенствование основных жизненно- важных физических и профессиональных качеств (Основы физической подготовки)	Средства, методы, принципы воспитания быстроты, силы, выносливости, гибкости, координационных способностей. Возрастная динамика развития физических качеств и способностей. Взаимосвязь в развитии физических качеств и возможности направленного воспитания отдельных качеств. Особенности физической и функциональной подготовленности. Построение в колонну, шеренгу. Перестроение из одной колонны в две (три) в движении, из одной шеренги в две (три). Различные виды ходьбы. Комплексы общеразвивающих упражнений с

		предметами и без предметов, в том числе в парах. Спортивно-подвижные игры
3	Легкая атлетика	Обучение, закрепление, совершенствование техники бега на короткие дистанции. Обучение, закрепление, совершенствование техники высокого старта. Обучение, закрепление, совершенствование техники старта и стартового разгона. Обучение, закрепление, совершенствование техники бег на средние и длинные дистанции. Бег по пересеченной местности. Обучение, закрепление, совершенствование техники эстафетного бега. Обучение, закрепление, совершенствование техники метания гранаты. Обучение, закрепление, совершенствование техники прыжка в длину с места способом «согнув ноги». Обучение, закрепление, совершенствование техники прыжка в высоту способом «перешагивание». Развитие физических качеств: воспитание быстроты в процессе занятий легкой атлетикой; воспитание скоростно-силовых качеств в процессе занятий легкой атлетикой; воспитание выносливости в процессе занятий легкой атлетикой; воспитание координации движений в процессе занятий легкой атлетикой.

4.3 Разделы (модули), темы дисциплины и виды занятий

Таблица 3

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекц.	Прак зан.	Лаб. зан.	СРС	Всего
1	Формирование навыков здорового образа жизни средствами физической культуры.	-	100	-	10	110
2	Развитие и совершенствование основных жизненно-важных физических и профессиональных качеств (Основы физической подготовки)	-	100	-	10	110
3	Легкая атлетика	-	93	-	15	108
	Всего	-	293	-	35	328

5 Перечень лекционных занятий

не предусмотрены

6 Перечень тем практических занятий

7 Перечень тем практических занятий

Таблица 5

№	№ раздела (модуля) и темы дисцип.	Наименование практических занятий	Трудоемкость	Формируемые компетенции	Методы преподавания
1	1.	Социально-биологические основы физической культуры и здоровый образ жизни. Понятие здорового образа жизни. Выполнение комплексов дыхательных упражнений. Выполнение комплексов утренней гимнастики. Выполнение комплексов упражнений для глаз. Выполнение комплексов упражнений по формированию осанки. Выполнение комплексов упражнений для снижения массы тела. Выполнение комплексов упражнений для наращивания массы тела. Выполнение комплексов упражнений по профилактике плоскостопия. Выполнение комплексов упражнений при сутулости, нарушения осанки, в грудном и поясничном отделах, упражнений для укрепления мышечного корсета, для укрепления мышц брюшного пресса.	100	ОК-8	Практическое занятие Диагностическое тестирование

2	2.	<p>Физические качества и способности человека и основы методики их воспитания. Средства, методы, принципы воспитания быстроты, силы, выносливости, гибкости, координационных способностей. Возрастная динамика развития физических качеств и способностей. Взаимосвязь в развитии физических качеств и возможности направленного воспитания отдельных качеств. Особенности физической и функциональной подготовленности</p>	100
3	3.	<p>Легкая атлетика. Техника бега на короткие дистанции, средние и длинные дистанции, бега по прямой и виражу, на стадионе и пересеченной местности. Эстафетный бег. Техника метания гранаты. Прыжки в длину. Прыжки в высоту. Бег по пересеченной местности. Обучение, закрепление, совершенствование техники эстафетного бега. Обучение, закрепление, совершенствование техники метания гранаты. Обучение, закрепление, совершенствование техники прыжка в длину с места способом «согнув ноги». Обучение, закрепление, совершенствование техники прыжка в высоту способом «перешагивание». Развитие физических качеств: воспитание быстроты в процессе занятий легкой атлетикой; воспитание скоростно-силовых качеств в процессе занятий легкой</p>	93

<p>Методы самоконтроля состояния здоровья и физического развития (стандарты, индексы, программы, формулы и др.) Определение адаптационного потенциала человека.</p>
<p>Методы самоконтроля состояния здоровья и физического развития (стандарты, индексы, программы, формулы и др.) Определение адаптационного потенциала человека.</p>

		атлетикой; воспитание выносливости в процессе занятий легкой атлетикой; воспитание координации движений в процессе занятий легкой атлетикой.		
Всего:			293	

7 Перечень тем самостоятельной работы

Таблица 5

№	№ раздела (модуля) и темы дисцип.	Наименование тем	Трудоемкость	Виды контроля	Форм. ком-и
1	1	Формирование навыков здорового образа жизни средствами физической культуры.	10	Тестирование	ОК-8 ОК-9
2	1	Развитие и совершенствование основных жизненно-важных физических и профессиональных качеств (Основы физической подготовки)	10	Тестирование	
3	2	Легкая атлетика	10	Тестирование	
5	1-3	Подготовка к зачету по дисциплине	5	Зачет	
Всего:			35		

8 Примерная тематика курсовых работ (проектов)

Не предусмотрено.

9 Оценка результатов освоения учебной дисциплины

В связи с реализацией в образовательном процессе ТИУ рейтинговой системы оценки знаний, оценивание видов учебной деятельности обучающихся производится на основе рейтинга индивидуальных оценок (в соответствии с действующей на момент разработки программы рейтинговой шкалой).

Все виды контрольных испытаний максимально оцениваются по 100-балльной шкале. Количество максимальных баллов на каждый вид учебной деятельности обучающихся по дисциплине определяет преподаватель – разработчик рабочей программы.

Рейтинговая система оценивания знаний обучающихся по дисциплине приводится в данном разделе программы.

Максимальное количество баллов

Таблица 6

1-ый срок предоставления результатов текущего контроля	2-ой срок предоставления результатов текущего контроля	3-ий срок предоставления результатов текущего контроля	Поощрительные баллы	Итого
0-30	0-30	0-30	0-10	0-100

Виды контрольных мероприятий

Таблица 7

Виды контрольных мероприятий	Баллы	№ недели
Защита темы «Физическая культура в профессиональной подготовке обучающихся» (тест)	0-20	5-6
Защита темы «Физическая культура в профессиональной подготовке обучающихся» (задание)	0-10	3
ИТОГО (за раздел, тему)	0-30	
Защита темы «Адаптация и стресс» (тест)	0-20	11-12
Защита темы «Социально-биологические и физиологические основы адаптации организма человека к факторам среды обитания» (задание)	0-10	9
ИТОГО (за раздел, тему)	0-30	
Защита темы «Общая физическая и спортивная подготовка обучающихся в образовательном процессе» (тест)	0-20	17-18
Защита темы «Профессионально-прикладные аспекты физической культуры и спорта» (задание)	0-10	17
ИТОГО (за раздел, тему)	0-30	
ИТОГО (за раздел, тему)	0-90	
Поощрение	0-10	
ВСЕГО	0-100	

Для зачета по дисциплине необходимо набрать 61 балл.

10 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

10.1 Карта обеспеченности дисциплины учебной и учебно-методической литературой

Учебная дисциплина **Общая физическая подготовка**

Форма обучения:

Кафедра Экономики, менеджмента и естественнонаучных дисциплин

очная:

Код, направление подготовки 23.03.03 Эксплуатация транспортно-технологических машин и комплексов


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 занятия	Кол-во экземпляров в БИК	Контингент обучающихся, использующих указанную лит-ру	Обеспеченность обучающихся лит-рой, %	Место хранения	Наличие эл. варианта в электронно-библиотечной системе ТИУ
Основная	Никитушкин, В. Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта : учебник для вузов. [ЭР] — Москва : Советский спорт, 2013. — 280 с. Режим доступа: http://e.lanbook.com	2013	УП	ПР, СРС	ЭР	25	100	ЭБС БИК ТИУ /Лань/	+
	Ишмухаметов, М. Г. Теория и методика оздоровительно-рекреационной физической культуры и спорта. Йога в физической культуре и спорте [Э Р] : учебное пособие. / М. Г. Ишмухаметов. — Электрон. текстовые данные. — Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2013. — 160 с. — 978-5-85218-635-5. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/32103.html	2013	УП	ПР, СРС	ЭР	25	100	ЭБС «Iprbooks»	+
Дополнительная	Варфоломеева, З. С. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре. [ЭР] / З. С. Варфоломеева, В. Ф. Воробьев, Н. И. Сапожников, С. Е. Шивринская. — Москва : ФЛИНТА, 2012. — 130 с. Режим доступа: http://e.lanbook.com	2012	УП	ПР, СРС	ЭР	25	100	ЭБС БИК ТИУ /Лань/	+

2. План обеспечения и обновления учебной и учебно-методической литературы

Учебная литература по рабочей программе	Название учебной и учебно-методической литературы	Вид занятий	Вид издания	Способ обновления учебных изданий	Год издания
Основная					
Дополнительная	Методические указания к практическим занятиям по дисциплине Общая физическая подготовка	ПЗ	МУ	Ресурсы кафедры	2019

Зав. кафедрой ПМЕНД  О.С. Тамер

Библиотекарь 1-й категории  Н.П. Циркова
«15» мая 2019 г.

10.2 Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

Поисковые системы Internet: Яндекс, Гугл.

Система поддержки учебного процесса Eduson.

Интернет-ресурсы:

1. Электронно-библиотечная система IPRbooks: <http://iprbookshop.ru>
2. Электронная библиотечная система «Лань».
3. Электронная библиотечная система «Юрайт».
4. Электронно-библиотечная система Elibrary

11 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Таблица 8

Перечень оборудования, необходимого для успешного освоения дисциплины		
Наименование	Кол-во	Значение
Компьютеры в локальной сети университета	15	Проведение практических занятий и тестирование
Оборудование и инвентарь спортивного зала		Проведение практических занятий
дорожка беговая	1	Проведение практических занятий
велотренажер	1	Проведение практических занятий
скамья для пресса	2	Проведение практических занятий
скамья жима	1	Проведение практических занятий
универсальный снаряд для комплексного развития мышц	2	Проведение практических занятий
баскетбольные щиты и кольца;	1	Проведение практических занятий
волейбольные стойки с сеткой	1	Проведение практических занятий
гимнастическая стенка	1	Проведение практических занятий
Перечень программного обеспечения, необходимого для успешного освоения дисциплины		
Наименование	Кол-во	Значение
MS Office	15	Проведение практических занятий

**Планируемые результаты обучения для формирования компетенции
и критерии их оценивания**

Дисциплина **Общая физическая подготовка**

профиль 23.03.03 Эксплуатация транспортно-технологических машин и комплексов

Номер/ индекс компет енций	Содержан ие компетен ции или ее части <i>(указыва ются в соответс твии с ФГОС)</i>	Код и наименовани е результата обучения по дисциплине (модулю)	Критерии оценивания результатов обучения			
			1-2	3	4	5
ОК-8	Способно стью использо вать методы и средства физическ ой культуры для обеспече ния полноцен ной социальн ой и професси ональной деятельн ости	Знать (З1): научно- практически е основы физической культуры и здорового образа жизни; влияние оздоровител ьных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактик у профессиона льных заболеваний и вредных привычек; способы контроля и оценки физического развития и физической	не знает научно- практически е основы физической культуры и здорового образа жизни; влияние оздоровител ьных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактик у профессиона льных заболеваний и вредных привычек; способы контроля и оценки	Демонстриру ет отдельные знания научно- практически х основ физической культуры и здорового образа жизни; влияния оздоровител ьных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактик у профессиона льных заболеваний и вредных привычек; способовкон троля и	Демонстриру ет достаточные знания научно- практически х основ физической культуры и здорового образа жизни; влияния оздоровител ьных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактик у профессиона льных заболеваний и вредных привычек; способовкон троля и оценки физического	Демонстриру ет исчерпываю щие знания научно- практически х основ физической культуры и здорового образа жизни; влияния оздоровител ьных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактик у профессиона льных заболеваний и вредных привычек; способовкон троля и оценки физического

	<p>подготовленности; правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.</p>	<p>физического развития и физической подготовленности; правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.</p>	<p>оценки физического развития и физической подготовленности; правил и способов планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.</p>	<p>развития и физической подготовленности; правил и способов планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.</p>	<p>развития и физической подготовленности; правил и способов планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.</p>
	<p>Уметь (У1): использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни ; выполнять индивидуально подобные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетический</p>	<p>не умеет использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни ; выполнять индивидуально подобные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы</p>	<p>Демонстрирует отдельные знания использования творческих средств и методов физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни ; выполнения индивидуально подобные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции</p>	<p>Демонстрирует достаточные знания использования творческих средств и методов физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни ; выполнения индивидуально подобные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры,</p>	<p>Демонстрирует исчерпывающие знания использования творческих средств и методов физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни ; выполнения индивидуально подобные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры,</p>

	<p>гимнастики; выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации; преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки осуществляют творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой</p>	<p>упражнения атлетический гимнастики; выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации; преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки осуществляют творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой</p>	<p>ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетический гимнастики; выполнения простейших приемов самомассажа и релаксации; преодоления искусственных и естественных препятствий с использованием разнообразных способов передвижения; выполнения приемов защиты и самообороны, страховки и самостраховки осуществления творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физической культурой</p>	<p>композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетический гимнастики; выполнения простейших приемов самомассажа и релаксации; преодоления искусственных и естественных препятствий с использованием разнообразных способов передвижения; выполнения приемов защиты и самообороны, страховки и самостраховки осуществления творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физической культурой</p>	<p>композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетический гимнастики; выполнения простейших приемов самомассажа и релаксации; преодоления искусственных и естественных препятствий с использованием разнообразных способов передвижения; выполнения приемов защиты и самообороны, страховки и самостраховки осуществления творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физической культурой</p>
	<p>Владеть (В1): навыками использования приобретенных знаний и</p>	<p>не владеет навыками использования приобретенных знаний и</p>	<p>Демонстрирует отдельные знания навыков использования</p>	<p>Демонстрирует достаточные знания навыков использования</p>	<p>Демонстрирует исчерпывающие знания навыков использования</p>

		<p>умений в практической деятельности и повседневной жизни для: повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья; навыками подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации; навыками организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях; навыками формирования в процессе активной творческой деятельности и здорового образа жизни; средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования</p>	<p>умений в практической деятельности и повседневной жизни для: повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья; навыками подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации; навыками организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях; навыками формирования в процессе активной творческой деятельности и здорового образа жизни; средствами и методами укрепления</p>	<p>приобретенных знаний и умений в практической деятельности и повседневной жизни для: повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья; навыков подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации; навыков организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях; навыков формирования в процессе активной творческой деятельности и здорового образа жизни; средств и методов</p>	<p>приобретенных знаний и умений в практической деятельности и повседневной жизни для: повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья; навыков подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации; навыков организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях; навыков формирования в процессе активной творческой деятельности и здорового образа жизни; средств и методов</p>	<p>приобретенных знаний и умений в практической деятельности и повседневной жизни для: повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья; навыков подготовки к профессиональной деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации; навыков организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях; навыков формирования в процессе активной творческой деятельности и здорового образа жизни; средств и методов</p>
--	--	---	---	--	--	--

		нствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности	индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности	укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности	укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности	укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности
ОК-9	Способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	Знать (32): методы и средства защиты в чрезвычайных ситуациях на объектах нефтегазового комплекса; требования промышленной, экологической безопасности и охраны труда на объектах нефтегазового комплекса; предельно допустимые концентрации и вредных веществ и их действие на организм человека, состояние технологического оборудования; методы и способы	не знает методы и средства защиты в чрезвычайных ситуациях на объектах нефтегазового комплекса; требования промышленной, экологической безопасности и охраны труда на объектах нефтегазового комплекса; предельно допустимые концентрации и вредных веществ и их действие на организм человека, состояние технологического	Демонстрирует отдельные знания методов и средств защиты в чрезвычайных ситуациях на объектах нефтегазового комплекса; требования промышленной, экологической безопасности и охраны труда на объектах нефтегазового комплекса; предельно допустимые концентрации и вредных веществ и их действие на организм человека, состояния	Демонстрирует достаточные знания методов и средств защиты в чрезвычайных ситуациях на объектах нефтегазового комплекса; требования промышленной, экологической безопасности и охраны труда на объектах нефтегазового комплекса; предельно допустимые концентрации и вредных веществ и их действие на организм человека, состояния	Демонстрирует исчерпывающие знания методов и средств защиты в чрезвычайных ситуациях на объектах нефтегазового комплекса; требования промышленной, экологической безопасности и охраны труда на объектах нефтегазового комплекса; предельно допустимые концентрации и вредных веществ и их действие на организм человека, состояния

		оказания первой помощи при возникновении чрезвычайных ситуаций	оборудования; методы и способы оказания первой помощи при возникновении чрезвычайных ситуаций	технологического оборудования; методов и способов оказания первой помощи при возникновении чрезвычайных ситуаций	технологического оборудования; методов и способов оказания первой помощи при возникновении чрезвычайных ситуаций	технологического оборудования; методов и способов оказания первой помощи при возникновении чрезвычайных ситуаций
		Уметь (У2): использовать средства защиты на объектах нефтегазового комплекса; способность при возникновении чрезвычайных ситуаций оказать первичную помощь и использовать средства защиты для сохранения здоровья персонала	не умеет использовать средства защиты на объектах нефтегазового комплекса; способность при возникновении чрезвычайных ситуаций оказать первичную помощь и использовать средства защиты для сохранения здоровья персонала	Демонстрирует отдельные знания использования средств защиты на объектах нефтегазового комплекса; способности при возникновении чрезвычайных ситуаций оказать первичную помощь и использовать средства защиты для сохранения здоровья персонала	Демонстрирует достаточные знания использования средств защиты на объектах нефтегазового комплекса; способности при возникновении чрезвычайных ситуаций оказать первичную помощь и использовать средства защиты для сохранения здоровья персонала	Демонстрирует исчерпывающие знания использования средств защиты на объектах нефтегазового комплекса; способности при возникновении чрезвычайных ситуаций оказать первичную помощь и использовать средства защиты для сохранения здоровья персонала
		Владеть (В2): навыками использования средств защиты при возникновении чрезвычайных ситуаций, в т.ч. и виртуальном	не владеет навыками использования средств защиты при возникновении чрезвычайных ситуаций, в т.ч. и виртуальном	Демонстрирует отдельные знания навыков использования средств защиты при возникновении чрезвычайных ситуаций, в т.ч. и	Демонстрирует достаточные знания навыков использования средств защиты при возникновении чрезвычайных ситуаций,	Демонстрирует исчерпывающие знания навыков использования средств защиты при возникновении чрезвычайных ситуаций,

		; навыками оказания первой помощи при возникновении чрезвычайных ситуаций	; навыками оказания первой помощи при возникновении чрезвычайных ситуаций	виртуальном ; навыков оказания первой помощи при возникновении чрезвычайных ситуаций	в т.ч. и виртуальном ; навыков оказания первой помощи при возникновении чрезвычайных ситуаций	в т.ч. и виртуальном ; навыков оказания первой помощи при возникновении чрезвычайных ситуаций
--	--	---	---	--	---	---