

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ТЮМЕНСКИЙ ИНДУСТРИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ФИЛИАЛ ТИУ В Г. НИЖНЕВАРТОВСКЕ
КАФЕДРА ГУМАНИТАРНО-ЭКОНОМИЧЕСКИХ И ЕСТЕСТВЕННОНАУЧНЫХ ДИСЦИПЛИН

УТВЕРЖДАЮ:

Председатель СПН

 Н.С. Захаров

« 24 » 08 2016 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплина Физическая культура и спорт
направление 23.03.03 Эксплуатация транспортно-технологических
машин и комплексов
профиль Автомобили и автомобильное хозяйство
квалификация бакалавр
программа прикладного бакалавриата
форма обучения: очная/заочная
курс 1/1
семестр 1-2/2

Аудиторные занятия 35/10 часов, в т.ч.:

лекции – 17/2 часов

практические занятия – 18/8 часов

лабораторные занятия – не предусмотрены

Самостоятельная работа – 37/62 часов, в т.ч.:

Курсовая работа (проект) – не предусмотрена

Контрольная работа – не предусмотрена

Занятия в интерактивной форме – не предусмотрены

Вид промежуточной аттестации:

Зачет – 1-2/2 семестр

Общая трудоемкость: 72 часа, 2 зач. ед.

Рабочая программа дисциплины 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 науки и образования Российской Федерации от 14 декабря 2015 г. № 1470.

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры гуманитарно-экономических и естественнонаучных дисциплин

Протокол № 10 от « 10 » 08 2016 г.

Заведующий кафедрой  Е.А. Маслихова

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий

выпускающей кафедрой  С.В. Колесник

« 13 » 08 2016 г.

Рабочую программу разработал:

В.А. Шалаев, доцент кафедры ГЭЕНД (НВ),
канд. пед. наук, доцент



1. Цели и задачи изучения дисциплины

Цель 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 жизни и профессиональной деятельности.

Задачи изучения дисциплины:

- понимание социальной значимости физической культуры и её 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

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к базовой части учебного плана.

В высших учебных заведениях «Физическая культура и спорт» представлена как учебная дисциплина и важнейший компонент целостного развития личности.

Дисциплина «Физическая культура и спорт» создает методологическую базу для следующих дисциплин: «Общая физическая подготовка» или «Прикладная физическая культура» или «Адаптивная физическая культура».

3. Требования к результатам освоения учебной дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующей общекультурной компетенции:

Номер/ индекс компе тенций	Содержание компетен- ции или её части	В результате изучения дисциплины обучающиеся должны		
		знать	уметь	владеть

ОК-8	<p>способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>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 занятий различной целевой направленности</p>	<p>использовать творческие средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни; выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетической гимнастики; преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; выполнять приемы защиты и самообороны</p>	<p>навыками использования приобретенных знаний и умений в практической деятельности и повседневной жизни для: повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья; навыками подготовки к профессиональной деятельности; навыками организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях; средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры</p>
------	--	--	--	---

4. Содержание тем дисциплины

4.1. Содержание разделов и тем дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела дисциплины
1	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке	Физическая культура и спорт как социальные феномены общества. Современное состояние физической культуры и спорта. Физ. культура личности. Деятельностная сущность физкультуры в различных сферах жизни. Ценности физической культуры. Физическая культура как учебная дисциплина высшего профессионального образования и целостного развития личности. Ценностные ориентации и отношение студентов к физической культуре и спорту. Основные положения организации физического воспитания в высшем учебном заведении.
2	Социально-биологические основы физической культуры	Организм человека как единая саморазвивающаяся биологическая система. Воздействие природных и социально-экономических факторов на организм и жизнедеятельность человека. Средства физической культуры

		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.
3	Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья	Здоровье человека как ценность и факторы, его определяющие. Взаимосвязь общей культуры студентов и образа их жизни. Здоровый образ жизни и его составляющие. Личное отношение к здоровью человека как условие формирования здорового образа жизни. Физическое самовоспитание и самосовершенствование в здоровом образе жизни. Физическое самовоспитание и самосовершенствование в здоровом образе жизни. Критерии эффективности здорового образа жизни.
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 изменения 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.
5	Общая физическая и спортивная 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. Формы занятий физическими упражнениями. Учебно-тренировочное занятие как основная форма обучения физическим упражнениям. Структура и направленность учебно-тренировочного занятия.
6	Основы методики 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. Планирование и управление самостоятельными занятиями.

4.2. Междисциплинарные связи с обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами

№ п/п	Наименование обеспечиваемых (последующих) дисциплин	№ № разделов и тем данной дисциплины, необходимых для изучения обеспечиваемых (последующих)
-------	---	---

		дисциплин					
		1	2	3	4	5	6
1	Общая физическая подготовка или Прикладная физическая культура или Адаптивная физическая культура	+	+	+	+	+	+

4.3. Разделы (модули), темы дисциплины и виды занятий

№ п/п	Наименование разделов дисциплины	Лекц., час	Прак. зан., час	Лаб. зан., час	Семинары, час	СРС, час	Всего, час	Из них в интерактивной форме обучения (ОФО), час.
1 семестр								
1	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке	2/-	-/-	-/-	-/-	3/-	5/-	-
2	Социально-биологические основы физической культуры	2/-	-/-	-/-	-/-	3/-	5/-	-
3	Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья	3/-	-/-	-/-	-/-	3/-	6/-	-
4	Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности	3/-	-/-	-/-	-/-	3/-	6/-	-
5	Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания	3/-	-/-	-/-	-/-	3/-	6/-	-
6	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	4/-	-/-	-/-	-/-	4/-	8/-	-
Итого за 1 семестр		17/-	-/-	-/-	-/-	19/-	36/-	-
2 семестр								
1	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке	-/-	2/1	-/-	-/-	3/10	5/11	-

2	Социально-биологические основы физической культуры	-/-	2/1	-/-	-/-	3/10	5/11	-
3	Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья	-/0,5	3/1	-/-	-/-	3/10	6/11,5	-
4	Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности	-/0,5	4/1	-/-	-/-	3/10	7/11,5	-
5	Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания	-/0,5	4/2	-/-	-/-	3/10	7/12,5	-
6	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	-/0,5	3/2	-/-	-/-	3/12	6/14,5	-
Итого за 2 семестр		-/2	18/8	-/-	-/-	18/62	36/72	-
Итого		17/2	18/8	-/-	-/-	37/62	72/72	-

5. Перечень лекционных занятий

Очная форма обучения

№ раз-дела	№ темы	Наименование лекции	Трудоем-кость (час.)	Формируемые компетенции	Методы пре-подавания
1	2	3	4	5	6
1	1	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке	2	ОК-8	Вводная лекция
2	2	Социально-биологические основы физической культуры	2		Лекция-информация
3	3	Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья	3		Метод конкретных ситуаций
4	4	Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности	3		Лекция-информация
5	5	Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания	3		Лекция-диалог
6	6	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	4		Лекция-консультация

Итого за 1 семестр	17
--------------------	----

Заочная форма обучения

№ раз-дела	№ темы	Наименование лекции	Трудоем-кость (час.)	Формируемые компетенции	Методы пре-подавания
1	2	3	4	5	6
1	1	Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке	-	ОК-8	Вводная лекция
2	2	Социально-биологические основы физической культуры	-		Лекция-информация
3	3	Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья	0,5		Метод конкретных ситуаций
4	4	Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности	0,5		Лекция-информация
5	5	Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания	0,5		Лекция-диалог
6	6	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	0,5		Лекция-консультация
Итого за 2 семестр			2		

6. Перечень семинарских, практических занятий и/или лабораторных работ

№ п/п	№ темы	Темы практических работ	Трудо-емкость (час.)	Формируемые компетенции	Методы преподавания
1	2	3	4	5	6
1	1	Методики эффективных и экономичных способов овладения жизненно важными умениями и навыками (ходьба, передвижение на лыжах, плавание).	2/1	ОК-8	Метод регламентированного упражнения
2	2	Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применения средств физической культуры для их направленной	2/1		Словесные и сенсорные методы

3	3	Методика составления индивидуальных программ физического самовоспитания и занятия с оздоровительной, рекреационной и восстановительной направленностью (медленный бег, плавание, прогулка на лы-	3/1		Словесные и сенсорные методы
4	4	Основы методики самомассажа. Методика корректирующей гимнастики для глаз. Методы оценки и коррекции осанки и телосложения.	4/1		Словесные и сенсорные методы
5	5	Методы самоконтроля состояния здоровья и физического развития (стандарты, индексы, программы, формулы и др.).	4/2		Обучающий контроль
6	6	Методика составления индивидуальных программ физического самовоспитания и занятия с оздоровительной, рекреационной и восстановительной	3/2		Метод регламентированного упражнения
Итого 2 семестр			18/8		

Лабораторные и семинарские занятия учебным планом не предусмотрены.

7. Перечень тем самостоятельной работы

№ п/п	№ раздела (модуля) и темы	Вид работы	Трудоемкость (час.)	Формируемые компетенции	Виды контроля
1	1-6	Подготовка к защите различных тем дисциплины	37/62	ОК-8	Отчеты по видам работ: индивидуальная, групповая исследовательская деятельность, индивидуальная работа с различными источниками информации, индивидуальные исследовательские проекты
Итого			37/62		

8. Тематика курсовых работ (проектов)

Курсовые работы (проекты) учебным планом не предусмотрены.

9. Оценка результатов освоения учебной дисциплины

Распределение баллов для обучающихся очной формы обучения на I и II семестр

1 аттестация	2 аттестация	3 аттестация	Итого
0-30	0-30	0-40	0-100

Рейтинговая система оценки знаний для обучающихся очной формы обучения на I семестр

№	Виды контрольных мероприятий	Баллы	№ недели
1	Посещаемость и активная работа на занятии	0-12	1-6
2	Подготовка доклада на избранную тему в области физической культуры и спорта	0-10	5
3	Выполнение контрольных и текущих нормативов	0-8	1-6
ИТОГО за первую текущую аттестацию		0-30	
1	Посещаемость и активная работа на занятии	0-12	7-10
2	Составление индивидуального плана тренировочных занятий	0-10	7
3	Выполнение контрольных и текущих нормативов	0-8	7-10
ИТОГО за вторую текущую аттестацию		0-30	
1	Посещаемость и активная работа на занятии	0-12	11-17
2	Участие в спортивно-массовых мероприятиях	0-18	1-17
3	Выполнение контрольных и текущих нормативов	0-10	11-17
ИТОГО за третью текущую аттестацию		0-40	
ИТОГО		0-100	

Рейтинговая система оценки знаний для обучающихся очной формы обучения на II семестр

№	Виды контрольных мероприятий	Баллы	№ недели
1	Посещаемость и активная работа на занятии	0-12	1-6
2	Подготовка доклада на избранную тему в области физической культуры и спорта	0-10	5
3	Выполнение контрольных и текущих нормативов	0-8	1-6
ИТОГО за первую текущую аттестацию		0-30	
1	Посещаемость и активная работа на занятии	0-12	7-10
2	Составление индивидуального плана тренировочных занятий	0-10	7
3	Выполнение контрольных и текущих нормативов	0-8	7-10
ИТОГО за вторую текущую аттестацию		0-30	
1	Посещаемость и активная работа на занятии	0-12	11-18
2	Участие в спортивно-массовых мероприятиях	0-18	1-18
3	Выполнение контрольных и текущих нормативов	0-10	11-18
ИТОГО за третью текущую аттестацию		0-40	
ИТОГО		0-100	

Рейтинговая система оценки знаний для обучающихся заочной формы обучения

№	Виды контрольных мероприятий	Баллы
1	Посещаемость и активная работа на занятии	0-70
2	Выполнение контрольных и текущих нормативов	0-30
	ВСЕГО	0-100

Критерии оценивания степени полноты и качества освоения компетенций в соответствии с планируемыми результатами обучения приведены в Приложении 1.

10. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

10.1. КАРТА ОБЕСПЕЧЕННОСТИ ДИСЦИПЛИНЫ УЧЕБНОЙ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРОЙ

Учебная дисциплина <u>Физическая культура и спорт</u> Кафедра <u>Гуманитарно-экономических и естественнонаучных дисциплин</u> Код, направление подготовки <u>23.03.03 Эксплуатация транспортно-технологических машин и комплексов</u> Профиль <u>Автомобили и автомобильное хозяйство</u>	Форма обучения: очная: 1 курс 1-2 семестр заочная: 1 курс 2 семестр
--	---

Учебная, учебно-методическая литература по рабочей программе	Название учебной и учебно-методической литературы, автор, издательство	Год издания	Вид издания	Вид занятий	Кол-во экз-пов в БИК	Контингент обучающихся, использующих указанную литературу	Обеспеченность обучающихся литературой, %	Место хранения	Наличие эл. варианта в эл.-библ. системе ТИУ
Основная	Быченков, С.В. Физическая культура [Электронный ресурс] : учебник для студентов высших учебных заведений / С. В. Быченков, О. В. Везеницын. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Вузовское образование, 2016. — 270 с. — 2227-8397. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/49867.html	2016	У	П	http://www.iprbookshop.ru	25	100	БИК	+
	Драгич, О.А. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов технических вузов. [Электронный ресурс] / О.А. Драгич, В.Я. Субботин, А.Л. Плосков, Л.Р. Полтавская. — Электрон. дан. — Тюмень: ТюмГНГУ, 2014. — 132 с. — Режим доступа: http://elib.tyuiu.ru/wp-	2014	УП	П	http://elib.tyuiu.ru	25	100	БИК	+

	content/uploads/2014/11/1_5.pdf								
Дополнительная	<p>Физиологические технологии повышения работоспособности в физической культуре и спорте [Электронный ресурс]: учебное пособие / сост. И. Н. Калинина, С. Ю. Калинин. — Электрон. текстовые данные. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. — 110 с. — 2227-8397. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/64984.html</p>	2014	УП	П	http://www.iprbookshop.ru	25	100	БИК	+
	<p>Крайнюк, А.В. Специальная физическая подготовка баскетболистов: Учебно-методическое пособие для студентов дневной формы обучения всех направлений по дисциплине «Физическая культура» / А.В. Крайнюк, С.В. Георге. - Нижневартовск НГГУ. 2013. - 60 с.</p>	2013	УМП	П	50	25	100	БИК	

Зав. кафедрой ГЭЕНД (НВ) Мас Е.А. Маслихова

« 05 » 09 2016 г.

10.2 Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

1. Полнотекстовая база данных ТИУ (ПБД) (учебники, учебные пособия, монографии, методические пособия и др. издания преподавателей ТИУ)
2. Электронная библиотека Уфимского государственного нефтяного технического университета
(http://bibl.rusoil.net/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=418)
3. Электронная нефтегазовая библиотека Российского государственного университета нефти и газа имени И.М. Губкина (<http://elib.gubkin.ru/>)
4. Электронная библиотека Ухтинского государственного технического университета (<http://lib.ugtu.net/books>)
5. Электронно-библиотечная система «Лань»
6. Научная электронная библиотека ELIBRARY.RU
7. Электронно-библиотечная система IPR BOOKS
8. Электронная библиотека ЮРАЙТ
9. Электронные ресурсы открытого доступа

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебная аудитория (№301) для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Специализированная мебель: аудиторная (маркерная) доска – 1 шт., столы – 10 шт., стулья – 20 шт., столы компьютерные – 1 шт.

Универсальный спортивный зал с игровой площадкой для баскетбола, волейбола, мини футбола, настольного тенниса, атлетической гимнастики, тренажерный зал с комплексом тренажеров, спортивный инвентарь.

Специализированная мебель: ворота мини футбольные; стенка гимнастическая; скамейка гимнастическая; стойка баскетбольная со щитом; тренажер для пресса; штанга жим лежа; мини-брусья параллельные; перекладина для подтягивания; комплексный тренажер для руки, спины, ног; тренажер для горизонтального разгибания спины; штанга с упором для ног.

Планируемые результаты обучения для формирования компетенции и критерии их оценивания

Дисциплина Физическая культура и спорт

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

Профиль Автомобили и автомобильное хозяйство

Код и наименование компетенции	Наименование результата обучения по дисциплине	Критерии оценивания результатов обучения			
		1-2	3	4	5
ОК-8 способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	знает 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 занятий различной целевой направленности	не знает 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 занятий различной целевой направленности	демонстрирует фрагментарные знания научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни; влияния оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; способов контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; правил и способов планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности	демонстрирует достаточные знания научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни; влияния оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; способов контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; правил и способов планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности	демонстрирует исчерпывающие знания научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни; влияния оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; способов контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; правил и способов планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности

Код и наименование компетенции	Наименование результата обучения по дисциплине	Критерии оценивания результатов обучения			
		1-2	3	4	5
	умеет использовать творческие 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; преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; выполнять приемы защиты и самообороны	не умеет использовать творческие 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; преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; выполнять приемы защиты и самообороны	умеет под руководством преподавателя использовать творческие 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; преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; выполнять приемы защиты и самообороны	умеет в большинстве случаев самостоятельно использовать творческие 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; преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; выполнять приемы защиты и самообороны	умеет самостоятельно использовать творческие 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; преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; выполнять приемы защиты и самообороны

Код и наименование компетенции	Наименование результата обучения по дисциплине	Критерии оценивания результатов обучения			
		1-2	3	4	5
	владеет навыками использования приобретенных знаний и умений в практической деятельности и повседневной жизни для: повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья; навыками подготовки к профессиональной деятельности; навыками организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях; средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры	не владеет навыками использования приобретенных знаний и умений в практической деятельности и повседневной жизни для: повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья; навыками подготовки к профессиональной деятельности; навыками организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях; средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры	владеет удовлетворительно навыками использования приобретенных знаний и умений в практической деятельности и повседневной жизни для: повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья; навыками подготовки к профессиональной деятельности; навыками организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях; средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры	владеет хорошо навыками использования приобретенных знаний и умений в практической деятельности и повседневной жизни для: повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья; навыками подготовки к профессиональной деятельности; навыками организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях; средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры	владеет свободно навыками использования приобретенных знаний и умений в практической деятельности и повседневной жизни для: повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья; навыками подготовки к профессиональной деятельности; навыками организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях; средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры

Дополнения и изменения
к рабочей учебной программе по дисциплине
«Физическая культура и спорт»
на 2019/2020 учебный год (для набора 2019 г. – ОФО, ЗФО)

В рабочую программу вносятся следующие дополнения (изменения):

1. В связи с реорганизацией Минобрнауки РФ внести следующие изменения: на титульном листе «Министерство образования и науки Российской Федерации» заменить на «Министерство науки и высшего образования Российской Федерации»
2. Дополнить п. 10.2. «Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы» следующими ресурсами: Электронно-библиотечная система «Консультант студента», Электронный каталог/Электронная библиотека ТИУ, Электронно-библиотечная система «Book.ru», Национальная электронная библиотека (НЭБ)

Дополнения и изменения внес

доц. каф. ГЭЕНД (НВ), доцент, канд. пед. наук
(должность, ученое звание, степень)


(подпись)

В.А. Шалаев
(И.О. Фамилия)

Дополнения (изменения) в рабочую учебную программу рассмотрены и одобрены на заседании кафедры ГЭЕНД (НВ). Протокол от «19» 06 20 19 г. № 10

Заведующий кафедрой


(подпись)

А.Ф. Валиева