Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Клочков Юрий Сергеевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 14.10.2026 15:07:06
Уникальный программный ключ:
3beb265d5d589e7ff4c954946f3ad99a1e70ac12

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«ТЮМЕНСКИЙ ИНДУСТРИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДАЮ
Председатель экспертной комиссии
_____С.И. Хромина
«___» _____20__ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины: **Физическая культура и спорт**

для направлений подготовки, реализуемых по индивидуальным образовательным траекториям (Инженерный стандарт ТИУ)

форма обучения: **очная, заочная, очно-заочная**

Рабочая программа разработана для обучающихся по направлениям подготовки, реализуемым по индивидуальным образовательным траекториям (Инженерный стандарт ТИУ):

23.03.01 Технология транспортных процессов
23.05.01 Наземные транспортно-технологические средства
21.03.01 Нефтегазовое дело
21.05.04 Горное дело
21.05.06 Нефтегазовые техника и технологии
12.03.01 Приборостроение
13.03.02 Электроэнергетика и электротехника
15.03.01 Машиностроение
15.03.06 Мехатроника и робототехника
18.03.01 Химическая технология
18.03.02 Энерго- и ресурсосберегающие процессы в химической технологии, нефтехимии и биотехнологии
19.03.04 Технология продукции и организации общественного питания
22.03.01 Материаловедение и технологии материалов
27.03.01 Стандартизация и метрология
27.03.05 Инноватика
28.03.03 Наноматериалы
13.03.01 Теплоэнергетика и теплотехника
20.03.01 Техносферная безопасность
21.03.02 Землеустройство и кадастры
21.05.01 Прикладная геодезия
27.03.03 Системный анализ и управление
05.03.01 Геология
12.03.04 Биотехнические системы и технологии
15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств
21.05.02 Прикладная геология
21.05.03 Технология геологической разведки
27.03.04 Управление в технических системах
08.03.01 Строительство
08.05.01 Строительство уникальных зданий и сооружений
08.05.02 Строительство, эксплуатация, восстановление и техническое прикрытие автомобильных дорог, мостов и тоннелей

Рабочая программа рассмотрена
на заседании кафедры физической культуры и спорта

Заведующий кафедрой _____С.И. Хромина

Рабочая программа рассмотрена
на заседании кафедры физического воспитания

Заведующий кафедрой _____В.Я. Субботин

Рабочую программу разработала:

С.И. Хромина, доцент кафедры ФК и С, к. биол.н. доцент _____

1. Цели и задачи освоения дисциплины

Цель изучения дисциплины - формирование у обучающихся психофизической готовности и первичных умений и навыков к успешной профессиональной деятельности и военной подготовке

Задачи дисциплины:

- формировать понимание социальной значимости физической культуры, и её роли в развитии личности при подготовке к профессиональной деятельности и военной службе
- воспитать ценностно-мотивационную потребность в физическом самосовершенствовании и поддержании высокого уровня физического развития, с установкой на формирование собственного здоровья.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к обязательной части Блока 1 учебного плана.

Необходимыми условиями для освоения дисциплины являются:

знание:

- гигиенических требований к занятиям физическими упражнениями

умение:

- использовать физические упражнения в режиме дня

владение:

- техникой выполнения общеразвивающих физических упражнений

Содержание дисциплины «Физическая культура и спорт» служит основой для освоения дисциплин «Общая физическая подготовка», «Прикладная физическая культура», «Адаптивная физическая культура»

3. Результаты обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующей компетенции

Таблица 3.1

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции (ИДК)	Код и наименование результата обучения по дисциплине
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 Понимает роль и значение физической культуры и спорта в жизни человека и общества	Знать (З1) основы двигательной активности человека и значение физических упражнений
		Уметь (У1) использовать физические упражнений в ежедневной двигательной активности
		Владеть (В1) техникой выполнения физических упражнений
	УК-7.2 Применяет на практике разнообразные средства физической культуры и спорта, туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки.	Знать (З2) правила построения индивидуального комплекса упражнений
		Уметь (У2) составлять комплексы упражнений разной направленности и назначения
		Владеть (В2) гигиеническими навыками при выполнении комплекса упражнений
	УК-7.3 Использует средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни	Знать (З3) критерии самоконтроля за физической нагрузкой
		Уметь (У3) контролировать дозирование физической нагрузки, в том числе с использованием цифровых сервисов
		Владеть (В3) техникой самоконтроля дозирования физической нагрузки с использованием электронных устройств
УК-8 Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни, и в профессиональной	УК – 8.4. Использует знания строевой, огневой и стрелковой подготовки в случае	Знать (З4) строевые команды, устройство стрелкового оружия и ручных гранат

деятельности, безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	возникновения военной угрозы	Уметь (У4) выполнять строевые команды, обращаться со стрелковым оружием и ручными гранатами
		Владеть (В4) строевыми приемами на месте и в движении, навыками стрельбы из стрелкового оружия

4. Объем дисциплины

Общий объем дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа.

Таблица 4.1.

Форма обучения	Курс/ семестр	Аудиторные занятия/контактная работа, час.			Самостоятельная работа, час.	Контроль час	Форма промежуточной аттестации
		Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия			
1	2	3	4	5	6	7	8
Очная	1/1	0	68	0	4	-	Зачёт
Заочная	1/2	0	10	0	58	4	Зачет
Очно-заочная	1/1	0	10	0	62	-	Зачет

5. Структура и содержание дисциплины

5.1. Структура дисциплины

- очная форма обучения (ОФО)

Таблица 5.1.1

№ п/п	Структура дисциплины		Аудиторные занятия, час.			СРС, час.	Всего, час.	Код ИДК	Оценочные средства
	Номер раздела	Наименование раздела	Л.	Пр.	Лаб.				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	1	Лёгкая атлетика	0	12	0	1	13	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Работа на практических занятиях: - овладение техникой бега -овладение техникой низкого, высокого старта, поворотов в беге, технике финиширования - овладение техникой прыжка с места в длину Реферат*
2	2	Волейбол	0	12	0	0,5	12,5	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Работа на практических занятиях: - овладение техникой - перемещения в волейболе и передачи мяча - овладение техникой передачи волейбольного мяча Реферат*
3	3	Баскетбол	0	12	0	0,5	12,5	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Работа на практических занятиях: - овладение техникой передвижения, передачи, ведения и ловли мяча - овладение техникой бросков, игровой деятельностью Реферат*
4	4	Общая физическая подготовка	0	14	0	1	15	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Работа на практических занятиях: - овладение техникой

									отжиманий от пола - овладение техникой гибкости в наклоне - овладение техникой подтягивания на высокой и низкой перекладине - овладение техникой сгибания туловища из положения лежа, в сед Реферат*
5	5	Строевая подготовка	0	10	0	0,5	10,5	УК-8.4	Работа на практических занятиях: - выполнение строевого шага, движения в строю, поворотов в движении, команд. - овладение приемами, правилам и техникой стрельбы из стрелкового оружия - овладение техникой сборки и разборки оружия Реферат*
6	6	Огневая подготовка из стрелкового оружия	0	8	0	0,5	8,5	УК-8.4	
		Итого:	**0**	**68**	**0**	**4**	**72**		

* - для студентов, освобожденных от занятий физической культурой

- заочная форма обучения (ЗФО)

Таблица 5.1.2

№ п/п	Структура дисциплины		Аудиторные занятия, час.			СРС, час.	Всего, час.	Код ИДК	Оценочные средства
	Номер раздела	Наименование раздела	Л.	Пр.	Лаб.				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	1	Лёгкая атлетика	0	2	0	12	14	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Реферат на заданную тему
2	2	Волейбол	0	2	0	10	12	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	
3	3	Баскетбол	0	2	0	10	12	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	
4	4	Общая физическая подготовка	0	2	0	10	12	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	
5	5	Строевая подготовка	0	1	0	8	9	УК-8.4	
6	6	Огневая подготовка из стрелкового оружия	0	1	0	8	9	УК-8.4	
7		Зачет				4	4		
		Итого:	**0**	**10**	**0**	**62**	**72**		

- очно-заочная форма обучения (ОЗФО)

Таблица 5.1.3

№ п/п	Структура дисциплины		Аудиторные занятия, час.			СРС, час.	Всего, час.	Код ИДК	Оценочные средства
	Номер раздела	Наименование раздела	Л.	Пр.	Лаб.				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	1	Лёгкая атлетика	0	2	0	12	14	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	

2	2	Волейбол	0	1	0	10	11	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Реферат на заданную тему
3	3	Баскетбол	0	2	0	10	12	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	
4	4	Общая физическая подготовка	0	2	0	10	12	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	
5	5	Строевая подготовка	0	1	0	10	11	УК-8.4	
6	6	Огневая подготовка из стрелкового оружия	0	2	0	10	12	УК-8.4	
Итого:			**0**	**10**	**0**	**62**	**72**		

5.2. Содержание дисциплины.

5.2.1. Содержание разделов дисциплины (дидактические единицы)

Раздел 1. Лёгкая атлетика

Тема 1.1 Обучение основам техники бега.

Тема 1.2 Обучение технике низкого, высокого старта, поворота в беге, технике финиширования

Тема 1.3 Обучение основам техники прыжка в длину, с места.

Тема 1.4 Нормативы ВФСК ГТО, профилактика травматизма, техника безопасности на занятиях легкой атлетикой

Раздел 2. Волейбол

Тема 2.1 Обучение стойкам и перемещениям в волейболе, передачи мяча

Тема 2.2 Обучение технике подачи волейбольного мяча

Тема 2.3 Правила игры, разметка площадки. Техника безопасности на занятиях. Правила оказания первой неотложной помощи

Раздел 3. Баскетбол

Тема 3.1 Обучение технике передвижений, передачи, ведения, и ловли мяча

Тема 3.2 Обучение технике бросков в баскетболе. Игровая практика.

Тема 3.3 Правила игры, разметка площадки, техника безопасности на занятиях, правила оказания первой неотложной помощи.

Раздел 4. Общая физическая подготовка

Тема 4.1 Обучение технике отжиманий от пола

Тема 4.2 Обучение технике наклона при определении степени гибкости

Тема 4.3 Обучение технике подтягивания на высокой/низкой перекладине

Тема 4.4 Обучение технике сгибания туловища из положения лежа, в сед

Тема 4.6 Нормативы ВФСК ГТО, техника самоконтроля

Раздел 5. Строевая подготовка

Тема 5.1 Обучение строевому шагу, движению в строю, поворотам в движении, выполнению команд.

Тема 5.2 Обучение строевым командам

Раздел 6. Огневая подготовка из стрелкового оружия

Тема 6.1 Обучение приемам и правилам и техникой стрельбы из стрелкового оружия.

Тема 6.2 Обучение составной материальной части, боевым свойствам и применению оружия, подготовке к боевому применению

Тема 6.3 Обучение требованиям безопасности при обращении со стрелковым оружием

5.2.2. Содержание дисциплины по видам учебных занятий

Лекционные занятия

Лекционные занятия учебным планом не предусмотрены

Практические занятия

Таблица 5.2.1.

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем, час.			Тема практического занятия
		ОФО	ЗФО	ОЗФО	
1	2	3	4	5	6
1	1	6	0,5	0,5	Основы техники бега
2		4	0,5	0,5	Обучение технике низкого, высокого старта, поворота в беге, технике финиширования
3		2	0,5	0,5	Обучение основам техники прыжка в длину, с места
4	2	6	1	1	Обучение стойкам и перемещениям в волейболе, передачи мяча
5		6	1	1	Обучение технике подачи волейбольного мяча.
6	3	6	1	1	Обучение технике передвижений в баскетболе и передачи, ведения, и ловли мяча
7		6	1	1	Обучение технике бросков в баскетболе. Игровая практика.
8	4	4	0,5	0,5	Обучение технике отжиманий от пола.
9		2			Обучение технике наклона при определении степени гибкости
10		6	0,5	0,5	Обучение технике подтягивания на высокой/низкой перекладине
11		2	0,5	0,5	Обучение технике сгибания туловища из положения лежа, в сед
12	5	10	1	1	Обучение строевому шагу, движению в строю, поворотам в движении, выполнению команд.
13	6	4	1	1	Обучение приемам и правилам и техникой стрельбы из стрелкового оружия.
14		4	1	1	Обучение составной материальной части, боевым свойствам и применению оружия, подготовке к боевому применению
	Итого:	**68**	**10**	**10**	

Лабораторные работы

Лабораторные работы учебным планом не предусмотрены

Самостоятельная работа

Таблица 5.2.2

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем, час.			Тема	Вид СРС
		ОФО	ЗФО	ОЗФО		
1	2	3	4	5	6	7
1	1	1	2	2	Нормативы ВФСК ГТО Профилактика травматизма Техника безопасности на занятиях	Подготовка к практическим занятиям
2	2	0,5	10	10	Правила игры, разметка площадки. Техника безопасности на занятиях. Правила оказания первой неотложной помощи	
3	3	0,5	10	10	Правила игры, разметка площадки. Техника безопасности на занятиях. Правила оказания первой неотложной помощи	
4	4	1	10	10	Нормативы ВФСК ГТО, техника самоконтроля	Изучение теоретического материала
5	5	0,5	8	10	Обучение строевым командам	
6	6	0,5	8	10	Обучение требованиям безопасности при обращении со стрелковым оружием	
7	Контроль:	-	4	-		
	Итого:	**4**	**58/4**	**62**		

5.2.3. Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий:

- игровая и соревновательная
- командная
- личностно-ориентированная

6. Тематика курсовых работ/проектов

Курсовые работы/проекты учебным планом не предусмотрены

7. Контрольные работы.

Контрольные работы учебным планом не предусмотрены

8. Оценка результатов освоения дисциплины

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

8.2. Рейтинговая система оценивания степени полноты и качества освоения компетенций обучающихся очной формы обучения представлена в таблице 8.1

Таблица 8.1

№ п/п	Виды мероприятий в рамках текущего контроля	Количество баллов
I текущая аттестация		
1	Работа на практических занятиях	0…28
	ИТОГО: за I текущую аттестацию	0…28
II текущая аттестация		
2	Работа на практических занятиях	0…32
	ИТОГО: за II текущую аттестацию	0…32
III текущая аттестация		
3	Работа на практических занятиях	0…30
4	Тестирование физической подготовленности	0…10
	ИТОГО: за III текущую аттестацию	0…40
	ВСЕГО:	**0…100**

8.3. Рейтинговая система оценивания степени полноты и качества освоения компетенций обучающихся заочной формы и очно-заочной форм обучения представлена в таблице 8.2

Таблица 8.2

№ п/п	Виды мероприятий в рамках текущего контроля	Количество баллов
1	Реферат	0…100
	ВСЕГО:	**0…100**

9. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

9.1. Перечень рекомендуемой литературы представлен в Приложении 2.

9.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

- Электронный каталог/Электронная библиотека ТИУ;
- Научные журналы ТИУ
- Научно-техническая библиотека ФГАОУ ВО РГУ Нефти и газа (НИУ) им. И.М. Губкина http://elib.gubkin.ru/;
- Научно-техническая библиотека ФГБОУ ВО «УГНТУ» http://bibl.rusoil.net;
- Научно-техническая библиотека ФГБОУ ВО «УГТУ» и ФГБОУ ВО «Тюменский индустриальный университет» http://lib.ugtu.net/books;
- База данных «Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU» ООО «ЭБС ЛАНЬ» www.e.lanbook.ru;
- ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ» www.urait.ru;

– База данных Консультант студента «Электронная библиотека технического ВУЗа», ООО «Политехресурс» http://www.studentlibrary.ru;

– ООО «КноРус медиа», https://www.book.ru;

– Электронно-библиотечная система «IPRbooks», ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа» http://www.iprbookshop.ru/;

Национальная электронная библиотека (НЭБ)

9.3. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в т.ч. отечественного производства:

1. Microsoft Office Professional Plus;
2. Windows.

10. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Помещения для проведения всех видов работы, предусмотренных учебным планом, укомплектованы необходимым оборудованием и техническими средствами обучения.

Обеспеченность материально-технических условий реализации ОПОП ВО

Таблица 10.1

№ п/п	Наименование учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики, иных видов учебной деятельности, предусмотренных учебным планом образовательной программы	Наименование помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом, в том числе помещения для самостоятельной работы, с указанием перечня основного оборудования, учебно-наглядных пособий	Адрес (местоположение) помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом (в случае реализации образовательной программы в сетевой форме дополнительно указывается наименование организации, с которой заключен договор)
1	2	3	4
	Физическая культура и спорт: Разделы «Легкая атлетика; «Общая физическая подготовка»	Практические занятия: Спортивный зал (улица) для проведения практических занятий; групповых и индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации. Оснащенность: - скамейки гимнастические 3,5 м – 4 - скоростной барьер -12 - секундомер – 1 - лестница тренировочная – 5 - ядро для толкания – 2 - шведская стенка -18 - мяч набивной 3кг - 5 - мяч набивной 6 кг – 5 - часы спортивные – 8 - барьеры – 5 - лестница тренировочная – 5 - секундомер электронный - 4 - стенка гимнастическая с турником – 3 - звуковая система оповещения при пожаре-1	625001, г. Тюмень, ул. Луначарского, 4 (Спортивный зал)
		Практические занятия: Спортивный зал (улица) для проведения практических занятий; групповых и индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации. Оснащенность: - гимнастические маты - 8 - скакалки - 20 - гантели - 20 - скамейки гимнастические - 10 - мяч набивной - 15 - фишки - 20	625000, г. Тюмень, ул. Володарского, д. 38, (Спортивный зал)

		- коврики для фитнеса - 10 - степ-платформа - 20 - гимнастическая стенка – 10 - флажки – 10 - перекладина - 2 - координационная лестница - 2 - звуковая система оповещения при пожаре - 1	
		Оснащенность: - гимнастические маты - 8 - скакалки - 20 - гантели - 20 - скамейки гимнастические - 10 - мяч набивной - 15 - фишки - 20 - коврики для фитнеса - 10 - степ-платформа - 20 - гимнастическая стенка – 10 - флажки - 10 - перекладина - 4 - координационная лестница – 3 - теннисные мячи - 20 - звуковая система оповещения при пожаре - 1	625039, г. Тюмень, ул. 50 лет Октября, д. 38 (Спортивный зал)
		Оснащенность: - гимнастические маты - 8 - скакалки - 20 - гантели - 20 - скамейки гимнастические - 2 - мяч набивной - 5 - фишки - 20 - коврики для фитнеса - 10 - степ-платформа - 20 - гимнастическая стенка - 8 - флажки - 10 - перекладина - 2 - звуковая система оповещения при пожаре - 1	625039, г. Тюмень, ул. Мельникайте, д. 72 (Спортивный зал)
	Физическая культура и спорт, раздел «Баскетбол»	Практические занятия: Спортивный зал для проведения практических занятий; групповых и индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации. Оснащенность: - баскетбольные мячи - 25 - щит баскетбольный - 4 - скамейки гимнастические 3,5 м - 4 - стойка баскетбольная - 2 - электронное табло -1 - корзина для мячей – 2 - компрессор спортивный – 1 - кольцо б/б тренировочное – 4 - трибуна 5 м – 2 - трибуна 7 м – 2 - звуковая система оповещения при пожаре-1.	625001, г. Тюмень, ул. Луначарского, 4 (Спортивный зал)
		Практические занятия: Спортивный зал для проведения практических занятий; групповых и индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации. Оснащенность: - баскетбольные мячи - 15 - баскетбольные щиты с кольцами - 2 - гимнастические маты – 5 - скакалки - 20 - мяч набивной - 6 - фишки - 20 - электронное табло - 1 - звуковая система оповещения при пожаре - 1	625000, г. Тюмень, ул. Володарского, д. 38, (Спортивный зал)

		Практические занятия: Спортивный зал для проведения практических занятий; групповых и индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации. Оснащенность: - баскетбольные мячи - 15 - баскетбольные щиты с кольцами - 10 - скакалки - 20 - мяч набивной - 6 - фишки - 20 - электронное табло – 1 - звуковая система оповещения при пожаре - 1	625039, г. Тюмень, ул. Мельникайте, д. 72 (Спортивный зал)
3	Физическая культура и спорт, раздел «Волейбол»	Практические занятия: Спортивный зал для проведения практических занятий; групповых и индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации. Оснащенность: - волейбольные мячи-18 - электронное табло -1 - судейская вышка волейбольная -2 - антенна - 1 - компрессор спортивный - 1 - тележка для мячей - 2 - стойка волейбольная – 2 - сетка волейбольная – 1 - шведская стенка – 18 - мяч набивной 3 кг - 5 - мяч набивной 6 кг – 5 - звуковая система оповещения при пожаре -1	625001, г. Тюмень, ул. Луначарского, 4 (Спортивный зал)
		Практические занятия: Спортивный зал для проведения практических занятий; групповых и индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации. Оснащенность: - волейбольные мячи - 10 - гимнастические маты - 8 - скакалки - 20 - мяч набивной – 10 - антенны - 2 - фишки - 20 - коврики для фитнеса - 10 - судейская вышка волейбольная - 1 - флажки - 10 - электронное табло - 1 - звуковая система оповещения при пожаре - 1	625000, г. Тюмень, ул. Володарского, д. 38, (Спортивный зал)
		Практические занятия: Спортивный зал для проведения практических занятий; групповых и индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации. Оснащенность: - волейбольные мячи - 16 - гимнастические маты - 8 - скакалки - 20 - мяч набивной - 10 - антенны - 2 - фишки - 20 - коврики для фитнеса - 10 - гимнастическая стенка - 10 - судейская вышка волейбольная - 1 - флажки - 10 - электронное табло - 1 - звуковая система оповещения при пожаре - 1	625039, г. Тюмень, ул. 50 лет Октября, д. 38 (Спортивный зал)
		Практические занятия:	625039, г. Тюмень,

		Спортивный зал для проведения практических занятий; групповых и индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации. Оснащенность: - волейбольные мячи - 10 - гимнастические маты - 6 - скакалки - 20 - антенны - 2 - фишки - 40 - коврики для фитнеса - 10 - гимнастическая стенка - 6 - флажки - 10 - электронное табло - 1 - звуковая система оповещения при пожаре - 1	ул. Мельникайте, д. 72 (Спортивный зал)
11	Физическая культура и спорта, раздел «Основы военной подготовки»	Практические занятия: Аудитория для проведения стрелковой и огневой подготовки Оснащенность: - Стол для сборки и разборки оружия - 1 - Стрелковый тир электронный – 1	625000, г. Тюмень, ул. Республики, 47 (Стрелковый тир)

11. Методические указания по организации СРС

11.1 Методические указания по подготовке к практическим занятиям

На практических занятиях обучающиеся изучают основные средства и методы физической культуры, овладевают техникой выполнения упражнений, приобретают знания в области методики физического воспитания, получают практические навыки по формированию физических качеств. Спортивно-состязательный формат проведения занятий формирует прикладные навыки конкурентной борьбы, учит настойчивости, рациональному поиску решений, стратегии корпоративного мышления.

На занятиях активно внедряются здоровьесберегающие технологии, обучающиеся должны иметь спортивную форму, обувь, соблюдать правила гигиены и техники безопасности. При подготовке к практическим занятиям, обучающиеся могут обращаться за консультациями к преподавателю. Порядок выполнения основных физических упражнений по разделам программы, представлен в учебных материалах:

1. Легкая атлетика в программе физического воспитания в высших учебных заведениях: учебно-методическое пособие / С. И. Хромина, Т. А. Парфенова, П. Н. Парфенов, Е. Т. Дзоциева; ТИУ. - Тюмень: ТИУ, 2020. - 82 с. - Электронная библиотека ТИУ.

2. Бабина, А. А. Основы высшего профессионального образования: подготовка к ВФСК ГТО ("Готов к труду и обороне"): учебное пособие / А. А. Бабина; ТИУ. - Тюмень: ТИУ, 2020. - 136 с. - Электронная библиотека ТИУ.

3. Организация и методика проведения занятий по баскетболу в техническом вузе: учебно-методическое пособие / С. И. Хромина, Р. Р. Батыршин, В. А. Рассамахин, О. В. Остяков; ТИУ. - Тюмень: ТИУ, 2020. - 90 с.: ил. - Электронная библиотека ТИУ

4. Организация и методика проведения занятий по волейболу в техническом вузе: учебно-методичское пособие / С. И. Хромина, Т. С. Кланюк, М. Н. Артамонова, М. Ю. Решонова; ТИУ. - Тюмень: ТИУ, 2020. - 100 с. - Электронная библиотека ТИУ.

5. Наймушина, А.Г.Физическая культура и спорт: учебник для студентов инженерно-технического вуза/А.Г.Наймушина; ТИУ.-Тюмень:ТИУ,2020.-124с.-Электрон библиотека ТИУ.

6. Смирнова, И. А. Волейбол: электронное учебное пособие / И. А. Смирнова, А. В. Захарова, М. В. Ожиганова. - Тюмень: ТИУ, 2020.-1 эл. опт. диск (CD-ROM). - URL: http://elib.tyuiu.ru/wp-content/uploads/data/2021/03/15/Smirnova.rar.- Загл. с контейнера.

7. Физиологические принципы повышения работоспособности и адаптационных процессов в условиях ВУЗа: учебное пособие / О. А. Драгич [и др.]; ТИУ. - Тюмень: ТИУ, 2018. - 182 с

8. Электронное учебно-методическое пособие по баскетболу: дисциплины "Элективные курсы по физической культуре и спорту" для обучающихся всех специальностей и направлений подготовки всех форм обучения / О. А. Драгич, Н. Н. Рябова, Е. А. Береснева, Р. Р. Тимканов; ТИУ. - Тюмень: ТИУ, 2020.-1 эл. опт. диск (CD-ROM). - URL: http://elib.tyuiu.ru/wp-content/uploads/data/2020/12/11/Dragich.rar. - Загл. с контейнера.

9. Волейбол: обучение игре в защите: методические указания по проведению учебно-тренировочных занятий по волейболу для обучающихся всех направлений подготовки очной формы обучения / ТИУ; составитель: М. К. Саламатин [и др.]. - Тюмень: ТИУ, 2019. - 60 с. - Электронная библиотека ТИУ.

10. Адаптивная физическая культура: методические рекомендации по практическим занятиям для обучающихся специальности 23.05.01 «Наземные транспортно-технологические средства» специализация

«Подъёмно-транспортные, строительные, дорожные средства и оборудование» всех форм обучения / ТИУ; сост. С. И. Хромина. - Тюмень: ТИУ, 2021. - 16 с. - Электронная библиотека ТИУ.

11.2 Методические указания по организации самостоятельной работы

Самостоятельная работа обучающихся заключается в теоретической подготовке по темам, предусмотренным разделами программы и основам военной подготовки.

К изучению предлагается теоретический материал:

- требованиям к освоению физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», https://www.gto.ru
- правила техники безопасности при выполнении физических упражнений
- оказание доврачебной помощи при травмах
- методика самоконтроля при проведении самостоятельных занятий
- правила техники безопасности при работе с оружием

Приложение 1

Планируемые результаты обучения для формирования компетенции и критерии их оценивания

Дисциплина: **Физическая культура и спорт**

Направления подготовки, реализуемые по индивидуальным образовательным траекториям (Инженерный стандарт ТИУ):

Код компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Код и наименование результата обучения по дисциплине	Критерии оценивания результатов обучения			
			1-2	3	4	5
1	2	3	4	5	6	7
УК-7	УК-7.1 Понимает роль и значение физической культуры и спорта в жизни человека и общества	Знать (З1) основы двигательной активности человека и значение физических упражнений	Не знает основ построения тренировочного процесса	Не уверенно знает основы построения тренировочного процесса	Демонстрирует хорошие знания основ построения тренировочного процесса	Демонстрирует отличные знания основ построения тренировочного процесса
		Уметь (У1) использовать физические упражнения в ежедневной двигательной активности	Не умеет использовать физические упражнения в ежедневной двигательной активности	Частично умеет использовать физические упражнения в ежедневной двигательной активности	Умеет использовать физические упражнения в ежедневной двигательной активности	Систематически использует физические упражнения в ежедневной двигательной активности
		Владеть (В1) техникой выполнения физических упражнений	Не владеет техникой выполнения физических упражнений	Не уверенно владеет техникой выполнения физических упражнений	Владеет техникой выполнения физических упражнений	Уверенно владеет техникой выполнения физических упражнений
	УК-7.2 Применяет на практике разнообразные средства физической культуры и спорта, туризма для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки	Знать (З2) правила построения индивидуального комплекса упражнений	Демонстрирует отсутствие знаний о правилах построения индивидуального комплекса упражнений	Демонстрирует частичные знания о правилах построения индивидуального комплекса упражнений	Демонстрирует хорошие знания о правилах построения индивидуального комплекса упражнений	Демонстрирует отличные знания о правилах построения индивидуального комплекса упражнений
		Уметь (У2) составить индивидуальный комплекс упражнений	Не умеет составить индивидуальный комплекс упражнений	Частично умеет составить индивидуальный комплекс упражнений	Умеет составить индивидуальный комплекс упражнений, допуская незначительные ошибки	Умеет составить индивидуальный комплекс упражнений
		Владеть (В2) техникой выполнения индивидуальных упражнений	Не владеет техникой выполнения индивидуальных упражнений	Не уверенно владеет техникой выполнения индивидуальных упражнений	Владеет техникой выполнения индивидуальных упражнений	Отлично владеет техникой выполнения индивидуальных упражнений

Код компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Код и наименование результата обучения по дисциплине	Критерии оценивания результатов обучения			
			1-2	3	4	5
1	2	3	4	5	6	7
	УК-7.3 Использует средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни	Знать (З3) методику дозирования физической нагрузки	Не знает методику дозирования физической нагрузки	Знает методику дозирования физической нагрузки, допуская неточности	Знает методику дозирования физической нагрузки	Отлично знает методику дозирования физической нагрузки
		Уметь (У3) дозировать физическую нагрузку, в том числе с использованием цифровых сервисов	Не умеет дозировать физическую нагрузку, в том числе с использованием цифровых сервисов	Не уверенно умеет дозировать физическую нагрузку, в том числе с использованием цифровых сервисов	Уверенно дозирует физическую нагрузку, в том числе с использованием цифровых сервисов	Уверенно дозирует физическую нагрузку, в том числе с использованием цифровых сервисов
		Владеть (В3) техникой самоконтроля за физической нагрузкой с использованием электронных устройств	Не владеет техникой самоконтроля за физической нагрузкой с использованием электронных устройств	Не уверенно владеет техникой самоконтроля за физической нагрузкой с использованием электронных устройств	Владеет техникой самоконтроля за физической нагрузкой с использованием электронных устройств	В совершенстве владеет техникой самоконтроля за физической нагрузкой с использованием электронных устройств
УК-8	УК-8.4. Использует знания строевой, огневой и стрелковой подготовки в случае возникновения военной угрозы	Знать (З4) строевые команды, устройство стрелкового оружия и ручных гранат	Не знает строевых команд и устройства стрелкового оружия	Не уверенно знает строевые команды и устройства стрелкового оружия	Знает строевые команды и устройство стрелкового оружия	Отлично знает строевые команды и устройство стрелкового оружия
		Уметь (У4) выполнять строевые команды, обращаться со стрелковым оружием и ручными гранатами	Не умеет выполнять строевые команды, обращаться со стрелковым оружием	Умеет выполнять строевые команды, допускает неточности при обращении со стрелковым оружием	Умеет обращаться со стрелковым оружием выполнять строевые команды с незначительными ошибками	Умеет выполнять строевые команды, обращаться со стрелковым оружием.
		Владеть (В4) строевыми приемами на месте и в движении, навыками стрельбы из стрелкового оружия	Не владеет строевыми приемами и навыками стрельбы из стрелкового оружия	Владеет строевыми приемами, допускает ошибки в демонстрации навыков стрельбы из стрелкового оружия	Владеет навыками стрельбы из стрелкового оружия, допускает неточности в строевой подготовке	Владеет строевыми приемами, и навыками стрельбы из стрелкового оружия

Приложение 2

КАРТА
обеспеченности дисциплины учебной и учебно-методической литературой

Дисциплина: **Физическая культура и спорт**

Направления подготовки, реализуемые по индивидуальным образовательным траекториям (Инженерный стандарт ТИУ):

№ п/п	Название учебного, учебно-методического издания, автор, издательство, вид издания, год издания	Количество экземпляров БИК	Контингент обучающихся, использующих указанную литературу	Обеспеченность обучающихся литературой, %	Наличие электронного вариантов ЭБС (+/-)
1	2	3	4	5	6
1	Антипов, О. В. Физическая культура и спорт (Курс лекций) : учебное пособие / О. В. Антипов, А. М. Сурков, Е. Ю. Суханова. — Москва : МГАВМиБ им. К.И. Скрябина, 2021. — 118 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/196249	ЭР*	90	100	+
2	Злыгостев, О. В. Физическая культура и спорт : учебное пособие / О. В. Злыгостев, С. А. Татьяненко ; ТИУ. - Тюмень : ТИУ, 2018. - 100 с. : рис., табл. - Электронная библиотека ТИУ. - URL: http://webirbis.tsogu.ru/	ЭР*	90	100	+
3	Наймушина, А. Г. Физическая культура и спорт : учебное пособие / А. Г. Наймушина, Ю. А. Петрова ; ТИУ. - Тюмень : ТИУ, 2020. - 84 с. : ил. - Электронная библиотека ТИУ. - URL: http://webirbis.tsogu.ru/	ЭР*	90	100	+
4	Физическая культура и спорт : учебное пособие / А. В. Зюкин, В. С. Кунарев, А. Н. Дитятин [и др.] ; под редакцией А. В. Зюкина, Л. Н. Шелковой, М. В. Габова. — Санкт-Петербург : Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, 2019. — 372 с. — ISBN 978-5-8064-2668-1. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/98630.html	ЭР*	90	100	+
5	Хромина, С. И. Организация и методика проведения занятий физической культурой в специальной медицинской группе : учебное пособие / С. И. Хромина, Н. Н. Малярчук ; ТИУ. - Тюмень : ТИУ, 2018. - 114 с. : табл. - Электронная библиотека ТИУ.	25+ ЭР*	90	100	+
6	Строевая подготовка : учебное пособие для вузов / И. Ю. Лепешинский, В. В. Глебов, Д. В. Погодаев, Е. А. Шмаков. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 119 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11736-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/495812	ЭР*	90	100	+
7	Байрамуков, Ю. Б. Огневая подготовка : учебник / Ю. Б. Байрамуков, В. С. Янович, И. Л. Михайлов ; под редакцией Ю. Б. Торгованова. — Красноярск : СФУ, 2015. — 256 с. — ISBN 978-5-7638-3398-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/128739	ЭР*	90	100	+
8	Холодов, О. М. Меры безопасности при обращении со стрелковым оружием: учебное пособие / О. М. Холодов, С. А. Горбатенко, И. И. Шуманский. — Воронеж : ВГАС,	ЭР*	90	100	+

№ п/п	Название учебного, учебно-методического издания, автор, издательство, вид издания, год издания	Количество экземпляров БИК	Контингент обучающихся, использующих указанную литературу	Обеспеченность обучающихся литературой, %	Наличие электронного вариантов ЭБС (+/-)
1	2	3	4	5	6
	2021. — 21 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/253766				

* ЭР – электронный ресурс для автор. пользователей доступен через Электронный каталог/Электронную библиотеку ТИУ http://webirbis.tsogu.ru/