

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Клочков Юрий Сергеевич
Должность: и.о. ректора
Дата подписания: 06.05.2024 12:25:23
Уникальный программный ключ:
4e7c4ea90328ec8e65c5d8058549a25588740081

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

Учебное подразделение Институт промышленных технологий и инжиниринга
Кафедра физвоспитания



ТВЕРЖДАЮ:
Заведующий кафедрой
А.М. Олейник
«2» июня 2018г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплина:	Физическая культура и спорт
специальность	21.05.01 Прикладная геодезия
специализация:	Инженерно-геодезические изыскания
квалификация:	инженер-геодезист
форма обучения:	очная
курс:	1
семестр	1,2

Аудиторные занятия 35 часов, в т.ч.:

Лекции – 18 часов

Практические занятия – 17 часов

Лабораторные занятия – не предусмотрены учебным планом

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

Курсовая работа (проект) – не предусмотрены учебным планом

Расчётно-графические работы – не предусмотрены учебным планом

Занятия в интерактивной форме – не предусмотрены учебным планом

Вид промежуточной аттестации:

Зачет – 1,2 семестр

Экзамен – не предусмотрен учебным планом

Общая трудоемкость – 72 часа (1 зачетная единица)

В основу разработки рабочей программы учебной дисциплины «Физическая культура и спорт» положены: Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по специальности 21.05.01 - «Прикладная геодезия» (уровень «специалист») от «22» июня 2016 года, ОПОП по данной специальности.

Рабочая программа рассмотрена
на заседании кафедры «Физического воспитания»

Протокол № 10 от « 2 » июня 2018 г.

Заведующий кафедрой  В.Я. Субботин
(подпись)

СОГЛАСОВАНО

Зав. выпускающей кафедры
кадастра и ГИС  А.М. Олейник
(подпись)

Рабочую программу разработала:

Драгич О.А., д.б.н., профессор 

Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины

Целью физического воспитания обучающихся 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 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.

Место дисциплины в структуре ОПОП

В высших учебных заведениях «Физическая культура и спорт» представлена как учебная дисциплина и важнейший компонент целостного развития личности. Являясь компонентом общей культуры, психофизического становления и профессиональной подготовки обучающегося в течение всего периода обучения, «Физическая культура и спорт» входит в блок 1 дисциплин базовой части.

Дисциплина «Физическая культура и спорт» - Б1.Б.04 является базой для последующего изучения дисциплин: «Адаптация на рынке труда» - Б1.Б.11, «Безопасность жизнедеятельности» - Б1.В.10.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Таблица 1

Коды компетенций	Содержание компетенции или ее части	В результате изучения дисциплины обучающиеся должны		
		знать	уметь	владеть
ОК-9	способность	-цели, методы и	-использовать	-навыками

	поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	средства укрепления здоровья путем физического воспитания.	физическую культуру для поддержания здоровья и работоспособности человека.	поддержания хорошей физической формы.
ОК-10	способность использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	-современные информационные технологии.	-работать с современными средствами оргтехники.	-навыками использования компьютера как средства управления информацией.

Содержание дисциплины
Содержание разделов и тем дисциплины

Таблица 2

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела дисциплины
1	ФКиС в профессиональной подготовке студентов	Современное состояние физической культуры и спорта. Роль физической культуры и спорта в развитии общества. Физическая культура и спорт как действенные средства сохранения и укрепления здоровья людей, их физического совершенствования. Роль физической культуры и спорта в подготовке обучающихся к профессиональной деятельности и экстремальным жизненным ситуациями. Краткая характеристика ценностных ориентаций обучающихся на физическую культуру и спорт. Основные положения организации физического воспитания в вузе.
2	Социокультурное развитие личности в контексте формирования компетентности здоровье-сбережения	Понятие «здоровье», его содержание и критерии. Влияние образа жизни на здоровье. Влияние условий окружающей среды на здоровье. Наследственность и ее влияние на здоровье. Содержание особенности составляющихся здорового образа жизни: режим труда, отдыха, питания, двигательная активность, закаливание, профилактика вредных привычек, требования санитарии и гигиены, учет экологии окружающей среды, культура межличностного общения, сексуального поведения, психофизическая саморегуляция. Ценностные ориентации обучающегося на здоровый образ жизни. Направленность образа жизни обучающихся, ее характеристика. Способы регуляции образа жизни.
3	Социально-биологические и физиологические основы адаптации	Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система. Анатомические, морфологические, физиологические и биохимические, функциональные системы организма.

	организма человека к факторам среды обитания	Внешняя среда. Природные и социально-экономические факторы и их воздействие на организм и жизнедеятельность. Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки. Особенности функционирования центральной нервной системы. Средства физической культуры и спорта в управлении совершенствованием функциональных возможностей организма в целях обеспечения умственной и физической деятельности.
4	Психофизиологические основы физической культуры	Психофизиология. Определения и термины. Роль российских ученых в становлении психофизиологии как самостоятельной научной дисциплины. Механизмы формирования динамического двигательного стереотипа в ФКиС. Соотношение понятий «темперамент» и «высшая нервная деятельность». Функциональная асимметрия головного мозга.
5	Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе	Методические принципы физического воспитания. Методы физического воспитания. Общая физическая подготовка, ее цели и задачи. Специальная физическая подготовка. Спортивная подготовка, ее цели и задачи.
6	Адаптация в физической культуре и спорте	Адаптация, основные определения процесса адаптации. Взаимосвязь физической и умственной деятельности человека. Утомление и восстановление при физической и умственной работе.
7	Профессионально-прикладные аспекты физической культуры и спорта	Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП): определение, цели, задачи. Средства ППФП. Основные факторы, определяющие конкретное содержание ППФП.

Междисциплинарные связи с обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами

Таблица 3

№ п/п	Наименование обеспечиваемых (последующих) дисциплин	№ разделов и тем данной дисциплины, необходимых для изучения обеспечиваемых (последующих) дисциплин						
		1	2	3	4	5	6	7
1	Безопасность жизнедеятельности	+	+	+	+	+	+	+
2	Адаптация на рынке труда	+	+	+	+	+	+	+

Разделы (модули), темы дисциплин и виды занятий

Таблица 4

№ п/п	Наименование разделов дисциплины	Лекции, час.	Практические занятия, час.	Лабораторные занятия, час.	Семинары, час.	Самостоятельная работа, час.	Всего, час.

	подготовке студентов						
2	Социально-культурное развитие личности в контексте формирования компетентности здоровье-сбережения	2	2	-	-	4	8
3	Социально-биологические и физиологические основы адаптации организма человека к факторам среды обитания	4	3	-	-	8	15
4	Психофизиологические основы физической культуры	2	2	-	-	4	8
5	Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе	2	2	-	-	4	8
6	Адаптация в физической культуре и спорте	2	2	-	-	4	8
7	Профессионально-прикладные аспекты физической культуры и спорта	4	4	-	-	9	17
8	Зачет						
	Итого:	18	17			37	72

Перечень лекционных занятий

Таблица 5

№ п/п	№ раздела (модуля) и темы дисциплины	Наименование практических занятий	Трудоемкость (часы)	Формируемые компетенции	Методы преподавания
1	1	ФК в профессиональной подготовке студентов. Определения и термины.	2	ОК-9 ОК-10	Вводная лекция
2	2	Социокультурное развитие личности в контексте формирования компетентности здоровье-сбережения. ЗОЖ.	2	ОК-9 ОК-10	Лекция - диалог
3	3	Социально-биологические и физиологические основы адаптации организма человека к факторам среды обитания.	4	ОК-9 ОК-10	Лекция - информация
4	4	Психофизиологические основы физической культуры.	2	ОК-9 ОК-10	Лекция - диалог
5	5	Общая физическая и	2	ОК-9	Лекция -

		спортивная подготовка студентов в образовательном процессе.		ОК-10	диалог
6	6	Адаптация в физической культуре и спорте.	2	ОК-9 ОК-10	Лекция - диалог
7	7	Профессионально-прикладные аспекты физической культуры и спорта.	4	ОК-9 ОК-10	Лекция - диалог
		Итого:	18		

Перечень семинарских, практических занятий и/или лабораторных работ

Таблица 6

№ п/п	№ раздела (модуля) и темы дисциплины	Наименование практических занятий	Трудоемкость (часы)	Формируемые компетенции	Методы преподавания
1	1	ФК в профессиональной подготовке студентов. Определения и термины.	2	ОК-9 ОК-10	Метод регламентированного упражнения
2	2	Социокультурное развитие личности в контексте формирования компетентности здоровьесбережения. ЗОЖ.	2	ОК-9 ОК-10	Словесные и сенсорные методы
3	3	Социально-биологические и физиологические основы адаптации организма человека к факторам среды обитания.	3	ОК-9 ОК-10	Работа с печатными источниками
4	4	Психофизиологические основы физической культуры.	2	ОК-9 ОК-10	Словесные и сенсорные методы
5	5	Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе.	2	ОК-9 ОК-10	Обучающий контроль
6	6	Адаптация в физической культуре и спорте.	2	ОК-9 ОК-10	Наглядный и сенсорные методы
7	7	Профессионально-прикладные аспекты физической культуры и спорта.	4	ОК-9 ОК-10	Наглядный и сенсорные методы
		Итого:	17		

Перечень тем самостоятельной работы

Таблица 7

№ п/п	№ раздела (модуля) и темы дисцип.	Наименование самостоятельной работы	Трудо-емкость (часы)	Виды контроля	Формируемые компетенции
1	1-17	Подготовка к защите тем дисциплины	4	Тестовые задания	ОК-9 ОК-10
2	14	Методика проведения учебно-тренировочного занятия	3	Проведение отдельных частей занятия	ОК-9 ОК-10
3	15	Основы методики организации судейства по избранному виду спорта	4	Участие в организации судейства по избранному виду спорта	ОК-9 ОК-10
4	16	Методика самостоятельного освоения отдельных элементов профессионально-прикладной физической подготовки	4	Устная защита	ОК-9 ОК-10
5	17	Методика проведения производственной гимнастики с учетом заданных условий и характера труда	4	Устная защита	ОК-9 ОК-10
6	1-17	Подготовка к сдаче контрольных нормативов	6	Тестовые задания	ОК-9 ОК-10
7	1-17	Индивидуальные консультации обучающихся	4	-	ОК-9 ОК-10
8	1-17	Консультации в группе перед текущим контролем	4	-	ОК-9 ОК-10
9	1-17	Подготовка к зачету по дисциплине	4	Зачет	ОК-9 ОК-10
Итого:			37		

Тематика курсовых проектов (работ) Курсовые работы учебным планом не предусмотрено

Оценка результатов освоения учебной дисциплины

Рейтинговая система оценки
по курсу «Физическая культура и спорт»
для обучающихся 1 курса
специальность 21.05.01 - «Прикладная геодезия»,
специализация «Инженерно-геодезические изыскания»

Максимальное количество баллов, *зачёт*

Таблица 8

1-ый срок предоставления результатов текущего контроля	2-ой срок предоставления результатов текущего контроля	3-ий срок предоставления результатов текущего контроля	Итого
0-30	0-30	0-40	0-100

Таблица 9

№	Виды контрольных мероприятий	Баллы	№ недели
1	Работа на практических занятиях	0-12	1-6
2	Выполнение контрольных и текущих нормативов	0-10	1-6
3	Участие в спортивно-массовых мероприятиях и помощь в проведении спортивно-массовых мероприятиях	0-8	1-6
ИТОГО за первую текущую аттестацию		0-30	
4	Работа на практических занятиях	0-12	6-11
5	Выполнение контрольных и текущих нормативов	0-10	6-11
6	Участие в спортивно-массовых мероприятиях и помощь в проведении спортивно-массовых мероприятиях	0-8	6-11
ИТОГО за вторую текущую аттестацию		0-30	
7	Работа на практических занятиях	0-12	12-18
8	Выполнение контрольных и текущих нормативов	0-20	12-18
9	Участие в спортивно-массовых мероприятиях и помощь в проведении спортивно-массовых мероприятиях	0-8	12-18
ИТОГО за третью текущую аттестацию		0-40	
ВСЕГО		0-100	

Для зачета по дисциплине необходимо набрать 61 балл.

Перечень вопросов для зачета

1. Физическая культура и спорт как социальный феномен современного общества. Функции физической культуры и спорта.
2. Общие понятия о средствах физической культуры и спорта.
3. Содержание и функции физической культуры студентов в структуре профессионального образования.
4. Основные черты и цель системы физического воспитания и образования личности.
5. Физическая культура и спорт в системе воспитания и образования.
6. Программно-нормативное, организационное и ресурсное обеспечение физкультурного образования студентов.
7. Общая психофизиологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного труда студентов
8. Оптимизация сопряженной деятельности студентов в учебе и спортивном совершенствовании.
9. Социально-биологические и физиологические основы адаптации организма человека к факторам среды обитания.
10. Психофизиологические основы физической культуры.

11. Диагностическая информативность психофизиологических тестов исследования и методов самоконтроля в процессе физической подготовки.
12. Метод самооценки индивидуального здоровья.
13. Методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применения средств физической культуры для их направленной коррекции.
14. Методы самоконтроля состояния здоровья и физического развития (стандарты, индексы, программы, формулы и др.)
15. Адаптационный потенциал человека.
16. Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе. Методические принципы физического воспитания.
17. Основы и этапы обучения движениям. Развитие физических качеств.
18. Формирование психических качеств в процессе физического воспитания. Психофизиологическая проблема.
19. Общая физическая подготовка, ее цели и задачи.
20. Массовый спорт и спорт высших достижений, их цели и задачи.
21. Спортивные соревнования как средство и метод общей и специальной физической подготовки студентов.
22. Профессионально-прикладная физическая подготовка.
23. Личная и социально-экономическая необходимость психофизической подготовки человека к труду.
24. Обеспечение психофизической надежности будущих специалистов в избранном виде профессионального труда.
25. ГТО.

Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Карта обеспеченности дисциплины учебной и учебно-методической литературой

1. Фактическая обеспеченность дисциплины учебной и учебно-методической литературой.
2. План обеспечения и обновления учебной и учебно-методической литературы.

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

Таблица 10

Название ЭБС	Наименование организации	Реквизиты договора	Срок действия договора	Ссылка на сайт	Сумма договора (руб.)	Количество ключей (пользователей)	Характеристика библиотечного фонда, доступ к которому предоставляется договором
Полнотекстовая БД ТИУ	ТИУ, БИК	№2423 от 04.04.16	31.12.18	http://elib.tsogu.ru/	3000	Не ограничен	ЭБС включает труды сотрудников и преподавателей ТИУ, электронные версии учебников издательств «КДУ», «Юрайт» и «Академия», размещены на Интернет-сайте ТюмГНГУ http://elib.tsogu.ru/ и на Интернет-сайте Издательства «Лань» http://e.lanbook.com/ (на основании лицензионного договора №2423 от 04.04.2016)
Библио-тека «E-library»	ООО «РУНЭБ»	№ 234-15 От 19.11.15	31.12.16	http://elibrary.ru/	631020,30	Не ограничен	Электронная версия периодических или непериодических научных изданий, входящие в состав ЭБС elibrary, которые хранятся на Интернет-сервере Библиотеки http://elibrary.tsogu.ru/ . Архив за 10 лет.
Электронная библио-тека РГУ нефти	РГУ нефти и газа (НИУ)	№ 09-3/2016 от 19.02.1	Бессрочный	http://elib.tsogu.ru/		Не ограничен	Издания РГУ нефти и газа (НИУ) имени И.М. Губкина

и газа (НИУ) имени И.М. Губкина	имени И.М. Губкина	6					
Электронная библио-тека УГНТУ (УФА)	УГНТУ	Б03/20 16 От 31.12.1 5	Бессрочный	http://elibrary.gtu.ru/		Не ограничен о	Издания УГНТУ
Электронная библио-тека УГТУ (УХТА)	УГТУ	09- 16/201 6 от 24.03.1 6	Бессрочный	http://elibrary.gtu.ru/		Не ограничен о	Издания УГТУ

Материально-техническое обеспечение дисциплины

Наименование	Кол-во	Назначение
I. Перечень оборудования для практических занятий		
Спортивный зал волейбольный №2		
Волейбольные мячи	30	Для игры в волейбол
Сетка волейбольная	1	
Стойки волейбольные	2	
Антенна волейбольная	1	
Вышка судейская	2	
Стенка гимнастическая	17	Для выполнения упражнений возле стенки
Скамья гимнастическая	4	Для выполнения упражнений на скамье
Табло электронное	1	Для визуализации счета игры
Спортивный зал баскетбольный №1		
Баскетбольные мячи	30	Для игры в баскетбол
Ферма баскетбольная	2	
Корзина баскетбольная	4	
Трибуны	4	Для наблюдения за игрой
Табло электронное	1	Для визуализации счета игры
II. ПК, мультимедийное обеспечение		
Компьютер	2	Для проверки реферативных работ
III. Специализированные аудитории, кабинеты, лаборатории и пр.		
Санитарные комнаты	5	Для приема санитарно-гигиенических процедур после занятий
Душевые комнаты	4	
Раздевалки	4	Для переодевания

**Дополнения и изменения
к рабочей учебной программе по дисциплине**

« _____ »
на 20 ____ /20 ____ учебный год

В рабочую программу вносятся следующие дополнения (изменения):

Дополнения и изменения внёс

_____ И.О. Фамилия
(должность, учёное звание, степень) _____ (подпись)

Дополнения и изменения в рабочую учебную программу рассмотрены и одобрены на заседании кафедры « _____ »
(наименование кафедры)

« _____ » _____ 20 ____ г.

Протокол от « _____ » _____ 20 ____ г. № _____

Заведующий кафедрой _____
(подпись) _____ (ФИО)

СОГЛАСОВАНО:

Зав. выпускающей кафедрой

_____ (наименование кафедры) _____ (подпись) _____ (ФИО)

« _____ » _____ 20 ____ г.

КАРТА ОБЕСПЕЧЕННОСТИ ДИСЦИПЛИНЫ УЧЕБНОЙ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРОЙ

Дисциплина «Физическая культура и спорт»
 Кафедра «Физического воспитания»
 Код, специальности 21.05.01 – «Прикладная геодезия», специализация «Инженерно-геодезические изыскания»

Форма обучения: очная
 1 курс, сем. 1-2

1. Фактическая обеспеченность дисциплины учебной и учебно-методической литературой

Учебная, учебно-методическая литература по рабочей программе	Название учебной и учебно-методической литературы, автор, издательство	Год издания	Вид издания	Вид занятий	Кол-во экземпляров в БИК	Контингент обучающихся, использующих указанную лит-ру	Обеспеченность обучающихся лит-рой, %	Место хранения	Наличие эл. варианта в электронно-библиотечной системе ТИУ
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Основная	Муллер, Арон Беркович. Физическая культура [Текст:Электронный ресурс]: Учебник и практикум / А. Б. Муллер, - М. : Издательство Юрайт, 2018. – 424 с. – (Бакалавр. Прикладной курс). – Режим доступа: http://www.biblio-online.ru/book/55A7A059-СВЕС-44С9-АС81-63431889ВВВ7	2018	УиП	Л, ПР	ЭР*	25	100	БИК	ЭБС <u>Юрайт</u>
	Алхасов, Дмитрий Сергеевич. Теория и история физической культуры[Текст:Электронный ресурс]: Учебник и практикум / Д. С. Алхасов. – М. : Издательство Юрайт, 2018. – 191 с. – (Бакалавр. Академический курс). – Режим доступа: http://www.biblio-online.ru/book/0E15828A-0CAD-4DEB-915B-7EFEB45F527E .	2018	УиП	Л, ПР	ЭР*	25	100	БИК	ЭБС <u>Юрайт</u>
	Наймушина, Алла Геннадьевна. Физическая культура [Текст: Электронный ресурс]: учебное пособие / А. Г. Наймушина ; ТИУ.- Тюмень: ТИУ, 2017. – 76 с.: рис., таб.-Режим доступа: http://elib.tyuiu.ru/wp-content/uploads/data/2018/04/11/Naimushina.pdf .	2017	УП	Л, ПР	7+ЭР*	25	100	БИК	<u>ПБД</u>
	Каткова, А. М. Физическая культура и спорт : учебное наглядное пособие / А. М. Каткова, А. И. Храмцова. — М. : Московский педагогический государственный университет, 2018. — 64 с. — http://www.iprbookshop.ru/79030.html — Электронно-библиотечная система IPR BOOKS	2018	УП	Л, ПР	ЭР*	25	100	БИК	<u>IPR BOOKS</u>

Заведующий кафедрой  В.Я. Субботин
 «2» июня 2018г.

Директор БИК  Д. Х. Каюкова

