

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Выксунский филиал федерального государственного автономного образовательного
Информация о владельце: учреждения высшего образования "Национальный исследовательский
ФИО: Кудашов Дмитрий Викторович технологический университет "МИСиС"

Должность: Директор Выксунского филиала НИТУ "МИСиС"

Дата подписания: 15.12.2022 14:48:10

Уникальный программный ключ:

81940f17f7227a6ccca9c00adba42f2def217068

Рабочая программа
утверждена
решением Ученого совета
ВФ НИТУ "МИСиС
от «28» июня 2021г.
протокол №9-21

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Физическая культура

Закреплена за кафедрой
Направление подготовки
Профиль

Гуманитарных и социально-экономических дисциплин
15.03.02 Технологические машины и оборудование
Машины и агрегаты трубного производства

Квалификация **бакалавр**
Форма обучения **очная**
Общая трудоемкость **2 ЗЕТ**

Часов по учебному плану
в том числе:
аудиторные занятия
самостоятельная работа

зачет 3

72 Формы контроля в семестрах:

36
36

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.-<Семестр на курсе>)	3 (2.1)		Итого	
	уп	рп	уп	рп
Неделя	18			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Практические	36	36	36	36
Итого ауд.	36	36	36	36
Контактная работа	36	36	36	36
Сам. работа	36	36	36	36
Итого	72	72	72	72

Программу составил(и):

Ст. преподаватель, Маслова С.А.

Рабочая программа

Физическая культура

Разработана в соответствии с ОС ВО:

Самостоятельно устанавливаемый образовательный стандарт высшего образования Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Национальный исследовательский технологический университет «МИСиС» по направлению подготовки 15.03.02 Технологические машины и оборудование (уровень бакалавриата) (приказ от 02.12.2015 г. № 602 о.в.)

Составлена на основании учебного плана:

15.03.02 Технологические машины и оборудование, МО-21.plx Машины и агрегаты трубного производства, утвержденного Ученым советом ВФ НИТУ "МИСиС" 28.06.2021, протокол № 9-21

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Гуманитарных и социально-экономических дисциплин

Протокол от 25.06.2021 г., №10

Зав. кафедрой Профессор, доктор экономических наук Лещинская А.Ф.

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ						
1.1	Цель – формирование у студентов знаний, умений и навыков в области физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.					
2. МЕСТО В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ						
Цикл (раздел) ОП:		Б1.Б				
2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:						
2.2 Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:						
3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫЕ С ФОРМИРУЕМЫМИ КОМПЕТЕНЦИЯМИ						
УК-4.1: способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности						
Знать:						
УК-4.1-31 значение физической культуры в формировании общей культуры личности, приобщение к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни, укреплению здоровья человека, профилактике вредных привычек, ведении здорового образа жизни средствами физической культуры в процессе физкультурно-спортивных занятий;						
УК-4.1-32 научные основы биологии, физиологии, теории и методики педагогики и практики физической культуры и здорового образа жизни;						
УК-4.1-33 содержание и направленность различных систем физических упражнений, их оздоровительную и развивающую эффективность.						
Уметь:						
УК-4.1-У1 на основе типовых методик учитывать индивидуальные особенности физического, гендерного возрастного и психического развития занимающихся и применять их во время регулярных занятий физическими упражнениями;						
УК-4.1-У2 проводить самостоятельные занятия физическими упражнениями с общей развивающей, профессионально-прикладной и оздоровительно-корректирующей направленностью;						
УК-4.1-У3 составлять индивидуальные комплексы физических упражнений с различной направленностью.						
Владеть:						
УК-4.1-В1 комплексом упражнений, направленных на укрепление здоровья, обучение двигательным действиям и развитие физических качеств;						
УК-4.1-В2 способами определения дозировки физической нагрузки и направленности физических упражнений;						
УК-4.1-В3 приемами страховки и способами оказания первой помощи во время занятий физическими упражнениями.						
4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ						
Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература и эл. ресурсы	Примечание
	Раздел 1. Проверка физической подготовленности. ОФП, ППФП, виды спорта по выбору					
1.1	Проверка физической подготовленности. ОФП, ППФП, виды спорта по выбору /Пр/	3	36	УК-4.1	Л1.1 Л1.2Л2.1 Э1 Э2	
1.2	Проверка физической подготовленности. ОФП, ППФП, виды спорта по выбору /Ср/	3	36	УК-4.1	Л1.1 Л1.2Л2.1 Э1 Э2	
5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ МАТЕРИАЛОВ (Приложение)						
6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ						
6.1. Рекомендуемая литература						
6.1.1. Основная литература						
	Авторы, составители	Заглавие	Библиотека	Издательство, год		
Л1.1	Муллер А.Б., Дядичкина Н.С., Богащенко Ю.А. и др.	Физическая культура: учебник	Электронный каталог	Москва Юрайт, 2013		
Л1.2	И.С. Барчуков	Физическая культура: учебник	Электронный каталог	Москва Издательский центр "Академия", 2011		

6.1.2. Дополнительная литература				
	Авторы, составители	Заглавие	Библиотека	Издательство, год
Л2.1	Попов С.Н., Валеев Н.М., Гарасева Т.С. и др.	Лечебная физическая культура: учебник	Электронный каталог	Москва Издательский центр Академия, 2009
6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»				
Э1	Физическая культура: учебное пособие		http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=210945	
Э2	Физическая культура: компетентностный подход: учебное пособие		http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=364912	
6.3 Перечень программного обеспечения				
П.1	1. Microsoft Imagine Premium Renewed Subscription:			
П.2	- Windows 7 Professional,			
П.3	- Visio Microsoft Office 2007 OLP			
П.4	- MS Teams			
П.5	2. Антивирус Dr. Web Desktop Security Suite			
6.4. Перечень информационных справочных систем и профессиональных баз данных				
7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ				
Ауд.	Назначение		Оснащение	
0	Физическая культура			
8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ				
<p>Выдача задания на самостоятельную работу осуществляется после проведения «входного» медицинского контроля студентов, приступающих к изучению данной дисциплины на 1-2 неделе обучения. При выдаче заданий используется дифференцированный подход к студентам и учитываются их функциональные возможности, состояние здоровья. Перед выполнением студентами самостоятельной работы преподаватель проводит инструктаж по выполнению задания, который включает цель задания, его содержание, сроки выполнения, ориентировочный объем работы, основные требования к результатам работы, критерии оценки. В процессе инструктажа преподаватель предупреждает о возможных типичных ошибках, встречающихся при выполнении задания.</p> <p>Самостоятельная работа осуществляется индивидуально.</p> <p>Контроль самостоятельной работы организуется с следующих формах:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самоконтроль и самооценка студента (тесты самопроверки); - контроль со стороны преподавателя (текущий и промежуточный). <p>Текущий контроль осуществляется на практических занятиях, промежуточный контроль осуществляется на зачете.</p> <p>Критериями оценки результатов самостоятельной работы студента являются:</p> <ul style="list-style-type: none"> - умение студента использовать теоретические знания при выполнении практических заданий; - сформированность умений; <p>Виды самостоятельной работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - для овладения знаниями: подбор материала по теме, составление плана или схемы, конспектирование, учебно-исследовательская работа, использование видеозаписей, интернета. - для закрепления и систематизации знаний: составление таблиц для систематизации нагрузок; составление графиков индивидуальных тренировок и дозирования нагрузок; ответы на контрольные вопросы; подготовка к выступлению на семинаре; подготовка рефератов, докладов, тестирования - для формирования умений: индивидуально подобранный комплекс упражнений, лечебная гимнастика, упражнения на тренажерах и другие упражнения спортивно-оздоровительного характера 				