

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Кузбасский государственный технический университет имени Т. Ф. Горбачева»
Горный институт

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГИ
_____ А.Н. Ермаков
« ____ » _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины

Элективные курсы по физической культуре и спорту (секции)

Специальность 21.05.04 Горное дело
Специализация / направленность (профиль) Подземная разработка пластовых месторождений

Присваиваемая квалификация
"Горный инженер (специалист)"

Формы обучения
очная, заочная

Кемерово 2024 г.



1577056329

Рабочую программу составил:
Доцент кафедры Физвоспитания Д.М. Кобылянский

Рабочая программа обсуждена
на заседании кафедры Физвоспитания

Протокол № _____ от _____

Зав. кафедрой Физвоспитания

подпись

М.А. Гнездилов
ФИО

Согласовано учебно-методической комиссией
по направлению подготовки (специальности) 21.05.04 Горное дело

Протокол № _____ от _____

Председатель учебно-методической комиссии по направлению
подготовки (специальности) 21.05.04 Горное дело

подпись

В.И. Удовичкий
ФИО



1577056329

1 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине "Элективные курсы по физической культуре и спорту (секции)", соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Освоение дисциплины направлено на формирование:

общекультурных компетенций:

ОК-8 - способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Результаты обучения по дисциплине определяются индикаторами достижения компетенций

Индикатор(ы) достижения:

Результаты обучения по дисциплине:

основные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в спортивной, физкультурной, оздоровительной и социальной практике;

- формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;

- технические приемы и двигательные действия базовых видов спорта;

- современные технологии укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью.

использовать межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в спортивной, физкультурной, оздоровительной и социальной практике;

- выполнять физические упражнения разной функциональной направленности, использовать их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

- использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга; использовать знания технических приемов и двигательных действий базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности.

практическими навыками использования регулятивных, познавательных, коммуникативных действий в спортивной, физкультурной, оздоровительной и социальной практике;

- навыками использования физических упражнений разной функциональной направленности в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

- практическими навыками использования разнообразных форм и видов физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;

- навыками использования современных технологий укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью.

2 Место дисциплины "Элективные курсы по физической культуре и спорту (секции)" в структуре ОПОП специалитета

Для освоения дисциплины необходимо владеть знаниями умениями, навыками, полученными в рамках среднего общего образования и (или) среднего специального и (или) дополнительного профессионального образования.

Для освоения дисциплины необходимы знания умения, навыки и (или) опыт профессиональной деятельности, полученные в рамках изучения следующих дисциплин: Физическая культура и спорт. Дисциплина входит в Блок 1 «Дисциплины (модули)» ОПОП. Цель дисциплины - получение обучающимися знаний, умений, навыков и (или) опыта профессиональной деятельности, необходимых для формирования компетенций, указанных в пункте 1.

3 Объем дисциплины "Элективные курсы по физической культуре и спорту (секции)" в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость дисциплины "Элективные курсы по физической культуре и спорту (секции)" составляет 0 зачетных единиц, 328 часов.



1577056329

Форма обучения	Количество часов		
	ОФ	ЗФ	ОЗФ
Курс 1/Семестр 1			
Всего часов	28		
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий):			
Аудиторная работа			
Лекции			
Лабораторные занятия			
Практические занятия	28		
Внеаудиторная работа			
Индивидуальная работа с преподавателем:			
Консультация и иные виды учебной деятельности			
Самостоятельная работа			
Форма промежуточной аттестации	зачет		
Курс 1/Семестр 2			
Всего часов	100	128	
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий):			
Аудиторная работа			
Лекции			
Лабораторные занятия			
Практические занятия	34	4	
Внеаудиторная работа			
Индивидуальная работа с преподавателем:			
Консультация и иные виды учебной деятельности			
Самостоятельная работа	66	120	
Форма промежуточной аттестации	зачет	зачет /4	
Курс 2/Семестр 3			
Всего часов	100	200	
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий):			
Аудиторная работа			
Лекции			
Лабораторные занятия			
Практические занятия	34	4	
Внеаудиторная работа			
Индивидуальная работа с преподавателем:			
Консультация и иные виды учебной деятельности			
Самостоятельная работа	66	192	
Форма промежуточной аттестации	зачет	зачет /4	
Курс 2/Семестр 4			
Всего часов	100		
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий):			
Аудиторная работа			
Лекции			
Лабораторные занятия			
Практические занятия	34		
Внеаудиторная работа			
Индивидуальная работа с преподавателем:			
Консультация и иные виды учебной деятельности			
Самостоятельная работа	66		
Форма промежуточной аттестации	зачет		



1577056329

4 Содержание дисциплины "Элективные курсы по физической культуре и спорту (секции)", структурированное по разделам (темам)

4.1. Практические (семинарские) занятия

Тема занятия	Объем, час		
	ОФ	ЗФ	ОЗФ
Семестр 1			
Раздел 1. Легкая атлетика.	8		
Раздел 2. Спортивные игры.	6		
Раздел 3. Оздоровительная гимнастика.	6		
Раздел 4. Лыжная подготовка.	8		
Итого за 1 семестр	28		
Семестр 2			
Раздел 1. Лыжная подготовка.	10		
Раздел 2. Спортивные игры.	8		
Раздел 3. Оздоровительная гимнастика.	8	4	
Раздел 4. Легкая атлетика.	8		
Итого за 2 семестр	34	4	
Семестр 3			
Раздел 1. Легкая атлетика.	10		
Раздел 2. Спортивные игры.	14		
Раздел 3. Оздоровительная гимнастика.	10	4	
Итого за 3 семестр	34	4	
Семестр 4			
Раздел 1. Спортивные игры.	24	4	
Раздел 2. Оздоровительная гимнастика.	10		
Раздел 3. Легкая атлетика.	10		
Итого за 4 семестр	34	4	

4.2. Самостоятельная работа студента

Виды СРС	Объем, час		
	ОФ	ЗФ	ОЗФ
Семестр 2			
Изучение литературы согласно темам разделов дисциплины	48	50	
Оформление отчетов по практическим и(или) лабораторным работам	30	40	
Подготовка к защите отчетов по практическим и(или) лабораторным работам	10	20	
Подготовка к зачету	6	10	
Итого за 2 семестр	94	120	
Семестр 3			
Изучение литературы согласно темам разделов дисциплины	24	40	
Оформление отчетов по практическим и(или) лабораторным работам	22	40	
Подготовка к защите отчетов по практическим и(или) лабораторным работам	14	6	
Подготовка к зачету	6	6	
Итого за 3 семестр	66	192	
Семестр 4			
Изучение литературы согласно темам разделов дисциплины	24		
Оформление отчетов по практическим и(или) лабораторным работам	22		
Подготовка к защите отчетов по практическим и(или) лабораторным работам	14		
Подготовка к зачету	6		
Итого за 4 семестр	66		



1577056329

5 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине "Элективные курсы по физической культуре и спорту (секции)"

5.1 Паспорт фонда оценочных средств

№	Наименование разделов дисциплины	Код компетенции	Знания, умения и навыки, необходимые для достижения компетенций	Форма текущего контроля
1	Лыжная подготовка	ОК-8	Знать: основные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в спортивной, физкультурной, оздоровительной и социальной практике. Уметь: выполнять физические упражнения разной функциональной направленности, использовать их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности. Владеть: практическими навыками использования регулятивных, познавательных, коммуникативных действий в спортивной, физкультурной, оздоровительной и социальной практике.	Опрос по контрольным вопросам, защита отчета по практическим работам.
2	Спортивные игры	ОК-8	Знать: формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга. Уметь: использовать межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в спортивной, физкультурной, оздоровительной и социальной практике. Владеть: навыками использования физических упражнений разной функциональной направленности в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности.	Опрос по контрольным вопросам, защита отчета по практическим работам.
3	Оздоровительная гимнастика	ОК-8	Знать: технические приемы и двигательные действия базовых видов спорта. Уметь: использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга. Владеть: практическими навыками использования разнообразных форм и видов физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга.	Опрос по контрольным вопросам, защита отчета по практическим работам.



1577056329

4	Легкая атлетика	ОК-8	Знать: современные технологии укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью. Уметь: использовать знания технических приемов и двигательных действий базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности. Владеть: навыками использования современных технологий укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;	Опрос по контрольным вопросам, защита отчета по практическим работам.
---	-----------------	------	---	---

5.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

5.2.1. Оценочные средства при текущем контроле

Текущий контроль по темам дисциплины заключается в опросе обучающихся по контрольным вопросам, защите отчетов по лабораторным и(или) практическим работам.

Опрос по контрольным вопросам:

При проведении текущего контроля обучающимся будет письменно, либо устно задано два вопроса, на которые они должны дать ответы.

Например:

1. Средства общей физической подготовки?
2. Методы изучения тактических действий?

Критерии оценивания:

- 85-100 баллов – при правильном и полном ответе на два вопроса;
- 65-84 баллов – при правильном и полном ответе на один из вопросов и правильном, но не полном ответе на другой из вопросов;
- 25-64 баллов – при правильном и неполном ответе только на один из вопросов;
- 0-24 баллов – при отсутствии правильных ответов на вопросы.

Количество баллов	0-24	25-64	65-84	85-100
Шкала оценивания	неуд	удовл	хорошо	отлично

Примерный перечень контрольных вопросов:

Тема 1. Общая физическая подготовка

1. Виды физической подготовки
2. Систематичность занятий как основа повышения работоспособности
3. Динамика нагрузки и ее виды
4. Физическое упражнение и его виды
5. Понятие нагрузки в физическом упражнении
6. Характеристика видов отдыха
7. Особенности стандартного и переменного упражнения
8. Методика определения частоты сердечных сокращений («пульсометрия»)
9. Тренировочные зоны по ЧСС
10. Особенности физической нагрузки, восстановления и отдыха по ЧСС

Тема 2. Специальная физическая подготовка в избранном виде спорта

1. Сила и виды ее проявления
2. Характеристика силовых упражнений
3. Регулирование дыхания и выбор положения тела при силовых упражнениях
4. Быстрота и виды ее проявления
5. Виды проявления реакции
6. Выносливость и ее виды
7. Факторы, определяющие степень развития выносливости
8. Ловкость и ее виды
9. Гибкость и ее виды
10. Взаимосвязь физических качеств



1577056329

Тема 3. Техническая подготовка в избранном виде спорта

1. Понятие двигательного умения и навыка.
2. Этапы обучения движениям.
3. Структура тренировочного занятия.
4. Понятие общей и моторной плотности занятия
5. Вработывание и его особенности.
6. Понятие «кислородного долга»
7. Устойчивое состояние и его особенности. «Мертвая точка» и «второе дыхание»
8. Утомление и восстановление и их особенности
9. Виды мощности физической работы по интенсивности и продолжительности.
10. Виды энергообеспечения

Тема 4. Тактическая подготовка в избранном виде спорта

1. Правила соревнований в избранном виде спорта.
2. Особенности построения тренировочного процесса в избранном виде спорта.
3. Этапы спортивной подготовки в избранном виде спорта.
4. Стратегии ведения спортивной борьбы в избранном виде спорта.
5. Формы контроля за состоянием здоровья.
6. Методы спортивной тренировки.
7. Методические основы построения тренировочного занятия в избранном виде спорта.
8. Средства восстановления после физической нагрузки.
9. Воспитание морально-волевых качеств в процессе занятий спортом.
10. Техника безопасности при занятии избранным видом спорта

Отчеты по лабораторным и (или) практическим работам (далее вместе - работы):

По каждой работе обучающиеся самостоятельно оформляют отчеты в электронном формате

Содержание отчета:

1. Тема работы.
2. Задачи работы.
3. Краткое описание хода выполнения работы.
4. Краткое описание хода выполнения работы.
5. Ответы на задания или полученные результаты по окончании выполнения работы (в зависимости от задач, поставленных в п. 2).
6. Выводы

Критерии оценивания:

- 75 - 100 баллов - при раскрытии всех разделов в полном объеме

- 0 - 74 баллов - при раскрытии не всех разделов, либо при оформлении разделов в неполном объеме.

Количество баллов	0-74	75-100
Шкала оценивания	Не зачтено	Зачтено

Оценочными средствами для текущего контроля по защите отчетов являются контрольные вопросы.

Обучающимся будет устно задано два вопроса, на которые они должны дать ответы.

Например:

1. Назовите задачи вашей работы?
2. Назовите методы спортивной тренировки?

Критерии оценивания:

- 85-100 баллов - при правильном и полном ответе на два вопроса;

- 65-84 баллов - при правильном и полном ответе на один из вопросов и правильном, но не полном ответе на другой из вопросов;

- 25-64 баллов - при правильном и неполном ответе только на один из вопросов;

- 0-24 баллов - при отсутствии правильных ответов на вопросы.

Количество баллов	0-24	25-64	65-84	85-100
Шкала оценивания	неуд	удовл	хорошо	отлично

5.2.2 Оценочные средства при промежуточной аттестации

Формой промежуточной аттестации является зачет, в процессе которого определяется сформированность обозначенных в рабочей программе компетенций.

Инструментом измерения сформированности компетенций являются:

- зачетные отчеты обучающихся по практическим работам;
- ответы обучающихся на вопросы во время зачета.

При проведении промежуточного контроля обучающийся отвечает на 2 вопроса выбранных случайным



1577056329

образом. Опрос может проводиться в письменной и (или) устной, и (или) электронной форме.

Ответ на вопросы:

Критерии оценивания при ответе на вопросы:

- 85-100 баллов – при правильном и полном ответе на два вопроса;

- 65-84 баллов – при правильном и полном ответе на один из вопросов и правильном, но не полном ответе

на другой из вопросов;

- 50-64 баллов – при правильном и неполном ответе только на один из вопросов;

- 0-49 баллов – при отсутствии правильных ответов на вопросы.

Количество баллов	0-64	65-100
Шкала оценивания	не зачтено	зачтено

Примерный перечень вопросов к зачету (1 семестр):

1. Техника безопасности на занятиях лыжной подготовкой.
2. Разновидности лыжных видов спорта.
3. Экиперовка лыжника гонщика.
4. Анализ техники классического лыжного хода.
5. Анализ техники конькового лыжного хода.
6. Техника преодоления спусков и подъемов на лыжах.
7. Техника выполнения поворотов на лыжах.
8. Техника торможения на лыжах.
9. Упражнения относятся к общеразвивающим.
10. Упражнения относятся к специальным.
11. Техника безопасности на занятиях спортивными играми.
12. Разновидности спортивных игр.
13. Анализ технических приемов игры в баскетбол.
14. Анализ тактики игры в баскетбол.
15. Игры подводящие к баскетболу.
16. Методика обучения техническим приемам.
17. Общая физическая подготовка.
18. Специальная физическая подготовка.
19. Комплекс упражнений ОФП.
20. Комплекс упражнений СФП.

Примерный перечень вопросов к зачету (2 семестр):

1. Виды физической подготовки
2. Систематичность занятий как основа повышения работоспособности
3. Динамика нагрузки и ее виды
4. Физическое упражнение и его виды
5. Понятие нагрузки в физическом упражнении
6. Характеристика видов отдыха
7. Особенности стандартного и переменного упражнения
8. Методика определения частоты сердечных сокращений («пульсометрия»)
9. Тренировочные зоны по ЧСС
10. Особенности физической нагрузки, восстановления и отдыха по ЧСС
11. Общая физическая подготовка в системе физического воспитания.
12. Основные методики занятий физическими упражнениями.
13. Построение и структура учебно-тренировочного занятия.
14. Самоконтроль и самодиагностика при занятиях физической культурой и спортом.
15. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.
16. Физиологическая характеристика циклических и ациклических упражнений.
17. Упражнения относятся к общеразвивающим?
18. Упражнения относятся к специальным?
19. Техника безопасности на занятиях спортивными играми?
20. Разновидности спортивных игр

Примерный перечень вопросов к зачету (3 семестр):

1. Основные физические качества.
2. Средства воспитания физических качеств.
3. Методика воспитания выносливости.



1577056329

4. Методика воспитания быстроты.
5. Методика воспитания скоростных качеств.
6. Методика воспитания ловкости.
7. Методика воспитания гибкости.
8. Особенности развития специальных физических качеств.
9. Самоконтроль при занятиях физическими упражнениями.
10. Субъективные и объективные показатели самочувствия.
11. Виды легкой атлетики.
12. Анализ техники бега на короткие дистанции.
13. Анализ техники бега на средние дистанции.
14. Анализ техники бега на длинные дистанции.
15. Анализ техники выполнения метания мяча и гранаты.
16. Средства воспитания выносливости в легкой атлетике.
17. Средства воспитания скоростных качеств в легкой атлетике.
18. Средства воспитания гибкости в легкой атлетике.
19. Средства воспитания скоростно-силовых качеств в легкой атлетике.

Примерный перечень вопросов к зачету (4 семестр):

1. Анализ техники бега на короткие дистанции?
2. Анализ техники бега на средние дистанции?
3. Анализ техники бега на длинные дистанции?
4. Средства воспитания гибкости в легкой атлетике?
5. Методика воспитания ловкости?
6. Методика воспитания гибкости?
7. Основные физические качества?
8. Средства воспитания физических качеств?
9. Методические основы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями?
10. Анализ техники игры в баскетбол?
11. Анализ техники бега на длинные дистанции?
12. Анализ техники выполнения метания мяча и гранаты?
13. Средства воспитания выносливости в легкой атлетике?
14. Средства воспитания скоростных качеств в легкой атлетике?
15. Анализ техники бега на длинные дистанции?
16. Техника безопасности на занятиях спортивными играми?
17. Разновидности спортивных игр?
18. Анализ технических приемов игры в баскетбол?
19. Анализ технических приемов игры в волейбол?
20. Средства воспитания физических качеств

5.2.3. Методические материалы, характеризующие этапы формирования компетенций

При проведении текущего контроля по темам в конце занятия обучающиеся убирают все личные вещи с учебной мебели, достают листок чистой бумаги и ручку. На листке бумаги записываются Фамилия, Имя, Отчество, номер группы и дата проведения опроса. Далее преподаватель задает два вопроса, которые могут быть, как записаны на листке бумаги, так и нет. В течение пяти минут обучающиеся должны дать ответы на заданные вопросы, при этом использовать любую печатную и рукописную продукцию, а также любые технические средства не допускается. По истечении указанного времени листы с ответами сдаются преподавателю на проверку. Результаты оценивания ответов на вопросы доводятся до сведения обучающихся не позднее трех учебных дней после даты проведения опроса. Если обучающийся воспользовался любой печатной или рукописной продукцией, а также любыми техническими средствами, то его ответы на вопросы не принимаются и ему выставляется 0 баллов.

При проведении текущего контроля по лабораторным и(или) практическим занятиям обучающиеся представляют отчет по лабораторным и(или) практическим работам преподавателю. Защита отчетов по лабораторным и(или) практическим работам может проводиться как в письменной, так и в устной форме. При проведении текущего контроля по защите отчета в конце следующего занятия по лабораторной и(или) практической работе. Преподаватель задает два вопроса, которые могут быть, как записаны, так и нет. В течение пяти минут обучающиеся должны дать ответы на заданные вопросы, при этом использовать любую печатную и рукописную продукцию, а также любые технические средства не допускается. По истечении указанного времени листы с ответами сдаются преподавателю на проверку. Результаты оценивания ответов на вопросы сразу доводятся до сведения обучающихся. Обучающийся, который не прошел текущий контроль, обязан представить на промежуточную аттестацию

все задолженности по текущему контролю и пройти промежуточную аттестацию на общих основаниях.



1577056329

Процедура проведения промежуточной аттестации аналогична проведению текущего контроля.

6 Учебно-методическое обеспечение

6.1 Основная литература

1. Козлов, С. Д. Организация и методика проведения занятий по физической подготовке в высших учебных заведениях : учебное пособие для студентов очной и заочной формы обучения всех специальностей / С. Д. Козлов ; ФГБОУ ВПО «Кузбас. гос. техн. ун-т им. Т. Ф. Горбачева», Каф. физвоспитания. – Кемерово : КузГТУ, 2011. – 42 с. – URL: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=90536&type=utchposob:common> (дата обращения: 04.07.2023). – Текст : электронный.
2. Заплатаина, О. А. Физическая культура: методика проведения занятий по аэробике : учебное пособие для студентов вузов / О. А. Заплатаина, М. Ю. Сковрцова; ФГБОУ ВПО "Кузбас. гос. техн. ун-т им. Т. Ф. Горбачева". – Кемерово : Издательство КузГТУ, 2010. – 73 с. – URL: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=90456&type=utchposob:common>. – Текст : непосредственный + электронный.
3. Сковрцова, М. Ю. Подготовка высокорослых игроков в баскетболе : учебное пособие для студентов очной и заочной формы обучения всех специальностей / М. Ю. Сковрцова, Н. А. Букреева ; Кузбасский государственный технический университет им. Т. Ф. Горбачева, Кафедра физвоспитания. – Кемерово : КузГТУ, 2012. – 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). – URL: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=90792&type=utchposob:common> (дата обращения: 04.07.2023). – Текст : электронный.
4. Сковрцова, М. Ю. Спортивное питание : учебное пособие для студентов очной и заочной формы обучения всех специальностей и направлений / М. Ю. Сковрцова ; Кузбасский государственный технический университет им. Т. Ф. Горбачева, Кафедра физвоспитания. – Кемерово : КузГТУ, 2013. – 1 файл (1,7 Мб). – URL: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=90966&type=utchposob:common> (дата обращения: 04.07.2023). – Текст : электронный.
5. Сковрцова, М. Ю. Использование общеразвивающих упражнений в процессе физического воспитания в вузе : учебное пособие для студентов всех форм обучения всех специальностей / М. Ю. Сковрцова, Т. С. Максимова, И. С. Быков ; Кузбасский государственный технический университет им. Т. Ф. Горбачева. – Кемерово : КузГТУ, 2016. – 1 файл (5,2 Мб). – URL: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=91422&type=utchposob:common> (дата обращения: 04.07.2023). – Текст : электронный.
6. Борисов, Б. А. Лыжная подготовка в программе вуза : учебное пособие для студентов вузов [по дисциплине "Физическая культура"] / Б. А. Борисов, В. А. Дубчак, А. И. Шульгин; ГОУ ВПО "Кузбас. гос. техн. ун-т". – Кемерово : Издательство КузГТУ, 2010. – 110 с. – URL: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=90421&type=utchposob:common>. – Текст : непосредственный + электронный.

6.2 Дополнительная литература

1. Тютеньков, С. Б. 20 лет мини-футбольному клубу КузГТУ: история развития. 1995-2015 : монография / С. Б. Тютеньков ; ФГБОУ ВПО «Кузбас. гос. техн. ун-т им. Т. Ф. Горбачева», Каф. физвоспитания. – Кемерово : Издательство КузГТУ, 2015. – 300 с. – URL: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=20123&type=monograph:common> (дата обращения: 04.07.2023). – Текст : электронный.
2. Сковрцова, М. Ю. Методика проведения занятий по физической подготовке баскетболистов : учебное пособие / М. Ю. Сковрцова; ГОУ ВПО «Кузбас. гос. техн. ун-т». – Кемерово : Издательство КузГТУ, 2007. – 112 с. – URL: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=90022&type=utchposob:common>. – Текст : непосредственный + электронный.
3. Мелешкова, Н. А. Валеология : практикум по дисциплине / Н. А. Мелешкова, В. А. Дубчак, И. В. Лежнина ; ГОУ ВПО "Кузбас. гос. техн. ун-т". – Кемерово : КузГТУ, 2004. – 133 с. – URL: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=90259&type=utchposob:common>. – Текст : непосредственный + электронный.

6.3 Методическая литература

1. Заплатаина, О. А. Образовательные, развивающие и оздоровительные виды гимнастики в



1577056329

физическом воспитании студентов технического вуза : методическое пособие для студентов по дисциплине «Физическая культура» / О. А. Заплатина ; ГОУ ВПО «Кузбас. гос. техн. ун-т», Каф. физвоспитания. – Кемерово : КузГТУ, 2011. – 52 с. – URL: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=1171> (дата обращения: 04.07.2023). – Текст : электронный.

6.4 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн» <http://biblioclub.ru/>
2. Электронная библиотечная система «Лань» <http://e.lanbook.com>
3. Электронная библиотечная система «Консультант Студента» <http://www.studentlibrary.ru>
4. Электронная библиотека КузГТУ <https://library.kuzstu.ru/index.php/punkt-2/podrazdel-21>
5. Национальная электронная библиотека <https://rusneb.ru/>

6.5 Периодические издания

1. Наука и спорт: современные тенденции : научно-теоретический журнал <https://e.lanbook.com/journal/2632>
2. Физкультурное образование Сибири : научно-методический журнал https://biblioclub.ru/index.php?page=journal_red&jid=573555

7 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

ЭИОС КузГТУ: а) Электронная библиотека КузГТУ. – Текст: электронный // Научно-техническая библиотека Кузбасского государственного технического университета им. Т. Ф. Горбачева : сайт. – Кемерово, 2001 – . – URL: <https://elib.kuzstu.ru/> (дата обращения: 31.10.2019). – Текст: электронный. б) Портал.КузГТУ : Автоматизированная Информационная Система (АИС) : [сайт] / Кузбасский государственный технический университет им. Т. Ф. Горбачева. – Кемерово : КузГТУ, [б. г.]. – URL: <https://portal.kuzstu.ru/> (дата обращения: 31.10.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст: электронный. в) Электронное обучение : [сайт] / Кузбасский государственный технический университет им. Т. Ф. Горбачева. – Кемерово : КузГТУ, [б. г.]. – URL: <https://el.kuzstu.ru/> (дата обращения: 31.10.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей КузГТУ. – Текст: электронный.

8 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины "Элективные курсы по физической культуре и спорту (секции)"

Самостоятельная работа обучающегося является частью его учебной деятельности, объемы самостоятельной работы по каждой дисциплине (модулю) практике, государственной итоговой аттестации, устанавливаются в учебном плане.

Самостоятельная работа по дисциплине (модулю), практике организуется следующим образом:

1. До начала освоения дисциплины обучающемуся необходимо ознакомиться с содержанием рабочей программы дисциплины (модуля), программы практики в следующем порядке:

1.1 содержание знаний, умений, навыков и (или) опыта профессиональной деятельности, которые будут сформированы в процессе освоения дисциплины (модуля), практики;

1.2 содержание конспектов лекций, размещенных в электронной информационной среде КузГТУ в порядке освоения дисциплины, указанном в рабочей программе дисциплины (модуля), практики;

1.3 содержание основной и дополнительной литературы.

2. В период освоения дисциплины обучающийся осуществляет самостоятельную работу в следующем порядке:

2.1 выполнение практических и (или) лабораторных работы и (или) отчетов в порядке, установленном в рабочей программе дисциплины (модуля), практики;

2.2 подготовка к опросам и (или) тестированию в соответствии с порядком, установленным в рабочей программе дисциплины (модуля), практики;

2.3 подготовка к промежуточной аттестации в соответствии с порядком, установленным в рабочей программе дисциплины (модуля), практики.

В случае затруднений, возникших при выполнении самостоятельной работы, обучающемуся необходимо обратиться за консультацией к педагогическому работнику. Периоды проведения консультаций устанавливаются в расписании консультаций.

9 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении



1577056329

образовательного процесса по дисциплине "Элективные курсы по физической культуре и спорту (секции)", включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Для изучения дисциплины может использоваться следующее программное обеспечение:

1. Libre Office
2. Google Chrome
3. Open Office
4. Microsoft Windows
5. ESET NOD32 Smart Security Business Edition

10 Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине "Элективные курсы по физической культуре и спорту (секции)"

Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрены специальные помещения:

1. Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащённые компьютерной техникой с возможностью подключения к сети Интернет и обеспеченные доступом в электронную информационнообразовательную среду организации.

2. Помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования.

3. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

4. Лаборатория.

Перечень материально-технического обеспечения дисциплины представлен в Приложении к настоящей рабочей программе.

11 Иные сведения и (или) материалы

1. Образовательный процесс осуществляется с использованием как традиционных так и современных интерактивных технологий.

В рамках аудиторных занятий применяются следующие интерактивные методы:

- разбор конкретных примеров;
- мультимедийная презентация.

2. Проведение групповых и индивидуальных консультаций осуществляется в соответствии с расписанием консультаций по темам, заявленным в рабочей программе дисциплины, в период освоения дисциплины и перед промежуточной аттестацией с учетом результатов текущего контроля.



1577056329



1577056329

Список изменений литературы на 01.09.2020

Основная литература

1. Козлов, С. Д. Организация и методика проведения занятий по физической подготовке в высших учебных заведениях : учебное пособие для студентов очной и заочной формы обучения всех специальностей / С. Д. Козлов ; ФГБОУ ВПО «Кузбас. гос. техн. ун-т им. Т. Ф. Горбачева», Каф. физвоспитания. – Кемерово : КузГТУ, 2011. – 42 с. – URL: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=90536&type=utchposob:common> (дата обращения: 01.09.2020). – Текст : электронный.
2. Заплатаина, О. А. Физическая культура: методика проведения занятий по аэробике : учебное пособие для студентов вузов / О. А. Заплатаина, М. Ю. Сковцова; ФГБОУ ВПО "Кузбас. гос. техн. ун-т им. Т. Ф. Горбачева". – Кемерово : Издательство КузГТУ, 2010. – 73 с. – URL: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=90456&type=utchposob:common>. – Текст : непосредственный + электронный.
3. Сковцова, М. Ю. Методика проведения занятий по физической подготовке баскетболистов : учебное пособие / М. Ю. Сковцова; ГОУ ВПО «Кузбас. гос. техн. ун-т». – Кемерово : Издательство КузГТУ, 2007. – 112 с. – URL: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=90022&type=utchposob:common>. – Текст : непосредственный + электронный.
4. Сковцова, М. Ю. Подготовка высокорослых игроков в баскетболе : учебное пособие для студентов очной и заочной формы обучения всех специальностей / М. Ю. Сковцова, Н. А. Букреева ; Кузбасский государственный технический университет им. Т. Ф. Горбачева, Кафедра физвоспитания. – Кемерово : КузГТУ, 2012. – 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). – URL: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=90792&type=utchposob:common> (дата обращения: 01.09.2020). – Текст : электронный.
5. Сковцова, М. Ю. Спортивное питание : учебное пособие для студентов очной и заочной формы обучения всех специальностей и направлений / М. Ю. Сковцова ; Кузбасский государственный технический университет им. Т. Ф. Горбачева, Кафедра физвоспитания. – Кемерово : КузГТУ, 2013. – 1 файл (1,7 Мб). – URL: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=90966&type=utchposob:common> (дата обращения: 01.09.2020). – Текст : электронный.
6. Сковцова, М. Ю. Использование общеразвивающих упражнений в процессе физического воспитания в вузе : учебное пособие для студентов всех форм обучения всех специальностей / М. Ю. Сковцова, Т. С. Максимова, И. С. Быков ; Кузбасский государственный технический университет им. Т. Ф. Горбачева. – Кемерово : КузГТУ, 2016. – 1 файл (5,2 Мб). – URL: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=91422&type=utchposob:common> (дата обращения: 01.09.2020). – Текст : электронный.
7. Борисов, Б. А. Лыжная подготовка в программе вуза : учебное пособие для студентов вузов [по дисциплине "Физическая культура"] / Б. А. Борисов, В. А. Дубчак, А. И. Шульгин; ГОУ ВПО "Кузбас. гос. техн. ун-т". – Кемерово : Издательство КузГТУ, 2010. – 110 с. – URL: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=90421&type=utchposob:common>. – Текст : непосредственный + электронный.

Дополнительная литература

1. Тютеньков, С. Б. 20 лет мини-футбольному клубу КузГТУ: история развития. 1995-2015 : монография / С. Б. Тютеньков ; ФГБОУ ВПО «Кузбас. гос. техн. ун-т им. Т. Ф. Горбачева», Каф. физвоспитания. – Кемерово : Издательство КузГТУ, 2015. – 300 с. – URL: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=20123&type=monograph:common> (дата обращения: 01.09.2020). – Текст : электронный.
2. Мелешкова, Н. А. Валеология : практикум по дисциплине / Н. А. Мелешкова, В. А. Дубчак, И. В. Лежнина ; ГОУ ВПО "Кузбас. гос. техн. ун-т". – Кемерово : КузГТУ, 2004. – 133 с. – URL: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=90259&type=utchposob:common>. – Текст : непосредственный + электронный.



1577056329