МИНОБРНАУКИ РОССИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Кузбасский государственный технический университет имени Т. Ф. Горбачева»
Институт информационных технологий, машиностроения и автотранспорта

ПОДПИСАНО ЭП КУЗГТУ
Подразделение: институт информационных технологий, машиностроения и автотранспорта
Должность: директор института
Дата: 16.05.2022 20:46:23
Стенин Дмитрий Владимирович

Рабочая программа дисциплины

Физическая культура и спорт

Направление подготовки 15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств
Направленность (профиль) 01 Компьютерно-интегрированные производственные системы

Присваиваемая квалификация
"Бакалавр"

Формы обучения
очная

Кемерово 2022 г.

1667326261

Рабочую программу составил:

ПОДПИСАНО ЭП КУЗГТУ
Подразделение: кафедра физвоспитания
Должность: заведующий кафедрой (к.н)
Дата: 16.06.2022 12:20:17

Гнездилов Михаил Анатольевич

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры физвоспитания

Протокол № 3/1 от 14.03.2022

ПОДПИСАНО ЭП КУЗГТУ
Подразделение: кафедра физвоспитания
Должность: заведующий кафедрой (к.н)
Дата: 16.06.2022 12:20:40

Гнездилов Михаил Анатольевич

Согласовано учебно-методической комиссией по направлению подготовки (специальности) 15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств

Протокол № 4/1 от 04.04.2022

ПОДПИСАНО ЭП КУЗГТУ
Подразделение: кафедра информационных и автоматизированных производственных систем
Должность: заведующий кафедрой (к.н)
Дата: 04.04.2022 10:20:04

Чичерин Иван Владимирович

1 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине "Физическая культура и спорт", соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Освоение дисциплины направлено на формирование:

общекультурных компетенций:

ОК-7 - способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Результаты обучения по дисциплине определяются индикаторами достижения компетенций

Индикатор(ы) достижения:

Осуществляет здоровый образ жизни, укрепляет здоровье.

Результаты обучения по дисциплине:

основы здорового образа жизни, способы сохранения и укрепления здоровья, методы и средства физического воспитания;

- значение физической культуры в формировании общей культуры личности, приобщении к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни, профилактике вредных привычек.

интегрировать полученные знания в формирование профессионально значимых умений и навыков;

- использовать средства физической культуры для развития двигательных умений и навыков; подбирать системы упражнений для воздействия на функциональные системы.

методами и способами организации здорового образа жизни, способами сохранения и укрепления здоровья, методами и средствами физического воспитания, принципами построения физкультурно-оздоровительных занятий;

- методикой самоконтроля за состоянием своего организма во время самостоятельных занятий физической культурой; методами самостоятельного выбора физических упражнений для укрепления здоровья.

2 Место дисциплины "Физическая культура и спорт" в структуре ОПОП бакалавриата

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

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 "Физическая культура и спорт" 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 "Физическая культура и спорт" составляет 2 зачетных единицы, 72 часа.

Форма обучения	**Количество часов**		
	ОФ	**ЗФ**	**ОЗФ**
Курс 1/Семестр 1			
Всего часов	72		
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий):			
Аудиторная работа			
Лекции	16		
Лабораторные занятия			
Практические занятия	16		
Внеаудиторная работа			
Индивидуальная работа с преподавателем:			
Консультация и иные виды учебной деятельности			

Форма обучения	Количество часов		
	ОФ	ЗФ	ОЗФ
Самостоятельная работа	40		
Форма промежуточной аттестации	зачет		

4 Содержание дисциплины "Физическая культура и спорт", структурированное по разделам (темам)

4.1. Лекционные занятия

Раздел дисциплины, темы лекций и их содержание	Количество часов		
	ОФ	ЗФ	ОЗФ
Раздел 1. Теория и методика физического воспитания: Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Основные понятия и определения, объект и предмет ТФК. Общественные и специфические функции и формы физической культуры. Теоретико-практические основы совершенствования физических качеств. Методики повышения уровня физического подготовленности. Принципы определения развития двигательных качеств. Профессионально-прикладная физическая культура. Общая характеристика, назначение и задачи профессионально-прикладной подготовки. Методика формирование профессионально важных психофизических качеств будущих специалистов	8	2	
Раздел 2. Медико-биологические основы занятий физической культурой и спортом: Физиологические механизмы деятельности всех систем организма человека в процессе занятий физической культурой и спортом. Основы адаптации, утомления и восстановления двигательной деятельности. Характеристика понятия здоровья. Основные факторы, влияющие на уровень здоровья. Здоровье и здоровый образ жизни. Принципы организации рационального питания как составной части здорового образа жизни. Особенности процесса питания для повышения эффективности двигательной и спортивной деятельности. Использование средств и методов физической культуры для повышения уровня здоровья. Организация процесса физического воспитания для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья. Педагогические наблюдения и самоконтроль влияния занятий ФКиС на организм занимающихся.	8	2	
ИТОГО	16	4	

4.2. Практические (семинарские) занятия

Тема занятия	Количество часов		
	ОФ	ЗФ	ОЗФ
Раздел 1. Теория и методика физического воспитания: Оценка уровня физического развития и определение типа телосложения. Исследование функционального состояния нервной системы и нервно-мышечного аппарата. Скоростные способности, гибкость основных мышечных групп и суставов: оценка и совершенствование.	8	2	
Раздел 2. Медико-биологические основы занятий физической культурой и спортом: Исследование функционального состояния сердечно-сосудистой системы и системы внешнего дыхания. Определение физической работоспособности. Определение понятия здоровья и здорового образа жизни. Расчет коэффициента здоровья. Методика организации рационального питания. Самоконтроль субъективных и объективных показателей состояния организма.	8	2	
ИТОГО	16	4	

4.3. Самостоятельная работа студента

Виды СРС	Объем, час		
	ОФ	ЗФ	ОЗФ
Изучение литературы согласно темам разделов дисциплины	20	30	
Подготовка к текущему контролю	14	20	
Подготовка к промежуточной аттестации	6	8	
ИТОГО	40	58	

5 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине "Физическая культура и спорт"

5.1. Паспорт фонда оценочных средств

№	Наименование разделов дисциплины	Код компетенции	Знания, умения и навыки, необходимые для достижения компетенций	Форма текущего контроля
1	Теория и методика физического воспитания	ОК-7	Знать: основы здорового образа жизни, способы сохранения и укрепления здоровья, методы и средства физического воспитания. Уметь: интегрировать полученные знания в формирование профессионально значимых умений и навыков. Владеть: методами и способами организации здорового образа жизни, способами сохранения и укрепления здоровья, методами и средствами физического воспитания, принципами построения физкультурно-оздоровительных занятий.	Опрос по контрольным вопросам, тестирование.
2	Медико-биологические основы занятий физической культурой и спортом	ОК-7	Знать: значение физической культуры в формировании общей культуры личности, приобщении к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни, профилактике вредных привычек. Уметь: использовать средства физической культуры для развития двигательных умений и навыков; подбирать системы упражнений для воздействия на функциональные системы. Владеть: методикой самоконтроля за состоянием своего организма во время самостоятельных занятий физической культурой; методами самостоятельного выбора физических упражнений для укрепления здоровья	Опрос по контрольным вопросам, тестирование.

5.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

5.2.1.Оценочные средства при текущем контроле

Текущий контроль по дисциплине будет заключаться в опросе обучающихся по контрольным вопросам и компьютерном тестировании в системе Moodle по пройденным разделам дисциплины.

Опрос по контрольным вопросам:

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

Например:

1 . Общественные и специфические функции и формы физической культуры?

2 . Методические основы процесса проведения самостоятельных занятий физической культурой и спортом?

Критерии оценивания:

- 85…100 баллов - при правильном и полном ответе на два вопроса;
- 75…84 баллов - при правильном и полном ответе на один из вопросов и правильном, но не полном ответе на другой из вопросов;
- 65…74 балла - при правильном и неполном ответе на два вопроса или правильном и полном ответе

только на один из вопросов;
- 0…64 балла - при отсутствии правильных ответов на вопросы.

Количество баллов	0 - 64	65-76	75-84	85-100
Шкала оценивания	не зачтено	зачтено		

Примерный перечень контрольных вопросов:
Раздел 1. Теория и методика физического воспитания

1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов?
2. Основные понятия и определения, объект и предмет ТФК.
3. Общественные и специфические функции и формы физической культуры.
4. Теоретико-практические основы совершенствования физических качеств.
5. Методики повышения уровня физического подготовленности.
6. Принципы определения развития двигательных качеств.
7. Профессионально-прикладная физическая культура.
8. Общая характеристика, назначение и задачи профессионально-прикладной подготовки.
9. Методика формирование профессионально важных психофизических качеств будущих специалистов.
10. Методические основы процесса проведения самостоятельных занятий физической культурой и спортом.
11. Формы построения занятий, принципы организации занятий и регулирования нагрузки.
12. Правила использования различных видов двигательной деятельности для повышений уровня здоровья и физической подготовленности.

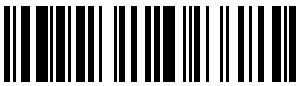
Раздел 2. Медико-биологические основы занятий физической культурой и спортом

1. Физиологические механизмы деятельности всех систем организма человека в процессе занятий физической культурой и спортом.
2. Основы адаптации, утомления и восстановления двигательной деятельности.
3. Характеристика понятия здоровья.
4. Основные факторы, влияющие на уровень здоровья.
5. Здоровье и здоровый образ жизни
6. Принципы организации рационального питания как составной части здорового образа жизни.
7. Особенности процесса питания для повышения эффективности двигательной и спортивной деятельности.
8. Использование средств и методов физической культуры для повышения уровня здоровья.
9. Организация процесса физического воспитания для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья.
10. Педагогические наблюдения и самоконтроль влияния занятий ФКиС на организм занимающихся.

Тестирование:
Текущий контроль по разделам дисциплины с помощью тестирования в системе Moodle. Тест состоит из 10 заданий и представляет выбор одного варианта перечня ответов.
Образцы тестовых заданий по разделам дисциплины:
1. Средства формирования физической культуры личности.
Основным специфическим средством формирования физической культуры личности является:
1. физические упражнения;
2. оздоровительные силы природы;
3. гигиенические факторы;
4. тренажеры и тренажерные устройства, гири, гантели, штанга, резиновые амортизаторы, эспандеры.
Критерии оценивания:
- 85…100 баллов – при правильном и полном ответе 9-10 тестовых вопроса;
- 75…84 баллов – при правильном и полном ответе на 7-8 тестовых вопросов;
- 65…74 баллов – при правильном и полном ответе на 5-6 тестовых вопроса;
- 0…64 баллов – при правильном и полном ответе на 5-6 тестовых вопроса.

Количество баллов	0 - 64	65-76	75-84	85-100
Шкала оценивания	не зачтено	зачтено		

5.2.2 Оценочные средства при промежуточной аттестации



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

Инструментом измерения сформированности компетенций являются:

- самостоятельно пройденное компьютерное тестирование по разделам дисциплины в системе Moodle ;
- ответы обучающихся на вопросы во время опроса.

При проведении промежуточного контроля обучающийся отвечает на 2 вопроса выбранных случайным образом. Опрос может проводиться в письменной и (или) устной, и (или) электронной форме в системе Moodle.

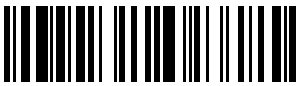
Критерии оценивания при ответе на вопросы:

- 85…100 баллов - при правильном и полном ответе на два вопроса;
- 75…84 баллов - при правильном и полном ответе на один из вопросов и правильном, но не полном ответе на другой из вопросов;
- 65…74 балла - при правильном и неполном ответе на два вопроса или правильном и полном ответе только на один из вопросов;
- 0…64 балла - при отсутствии правильных ответов на вопросы.

Количество баллов	0 - 64	65-76	75-84	85-100
Шкала оценивания	не зачтено	зачтено		

Примерный перечень вопросов к зачету:

1. Физическая культура - часть общей культуры.
2. Сущность понятия «Физическая культура».
3. Место и роль физической культуры в современном обществе.
4. Физическая культура и здоровый образ жизни.
5. Определение понятия функции физической культуры.
6. Общекультурные функции физической культуры.
7. Общевоспитательные функции физической культуры.
8. Положение физической культуры на современном этапе развития общества.
9. Структура процесса обучения двигательным действиям.
10. Принципы обучения в физическом воспитании.
11. Двигательные умения и навыки.
12. Формы организации физического воспитания в вузе.
13. Принципы и методы дифференцированного подхода в процессе обучения двигательным действиям.
14. Врачебно-педагогический контроль на учебных занятиях по физическому воспитанию.
15. Воспитание у студентов привычки систематически заниматься упражнениями.
16. Роль самостоятельных занятий в решении задач физического воспитания студентов.
17. Виды самостоятельных занятий физической культурой студентов.
18. Подбор физических упражнений для самостоятельных занятий.
19. Содействие занятий физическими упражнениями повышению умственной работоспособности.
20. Роль профессиональной физической подготовки.
21. Понятие «Соревновательный метод» и «Игровой метод».
22. Систематические занятия физическими упражнениями как компонент здорового образа жизни.
23. Причины травматизма при занятиях физическими упражнениями и спортом.
24. Техника безопасности при занятиях физической культурой.
25. Возрастные особенности развития силы, быстроты, выносливости, скоростно – силовых качеств. Сенситивные периоды развития.
26. Методы развития физических качеств.
27. Содержание активного отдыха с использованием двигательной деятельности.
28. Характеристика двигательных (физических) качеств.
29. Способы измерения двигательных (физических) качеств.
30. Влияние физических упражнений на сердечно-сосудистую систему.
31. Физические упражнения и система дыхания.
32. Воздействие физических упражнений на опорно-двигательный аппарат.
33. Влияние физических упражнений на системы организма.
34. Понятие «Здоровье», его содержание и критерии.
35. Физическое самовоспитание и самосовершенствование как необходимое условие здорового образа жизни.
36. Объективные и субъективные признаки усталости, утомления, переутомления.
37. Характеристика самоконтроля при занятиях физическими упражнениями и спортом.



38. Содержание самоконтроля, его цель и задачи.
39. Общая характеристика оздоровительной физической культуры (оздоровительная направленность, как важнейший принцип системы физического воспитания).
40. Содержательные основы оздоровительной физической культуры.
41. Основы построения оздоровительной тренировки.
42. Физическое воспитание студентов с ослабленным здоровьем.
43. Содержание и организационно-методические основы занятий физическими упражнениями.
44. Определение понятия профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП), её цели, задачи, средства.
45. Место ППФП в системе физического воспитания студентов.

5.2.3. Методические материалы, характеризующие этапы формирования компетенций

Необходимо проработать материал рактических занятий и, в случае необходимости, рассмотреть отдельные вопросы по предложенным источникам литературы. Все неясные вопросы по дисциплине обучающийся может разрешить на консультациях, проводимых по расписанию.

При проведении текущего контроля в форме опроса, 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.

При проведении текущего контроля в форме тестирования, может проводиться с помощью ФОС как в системе Moodle, так и в бумажной форме на распечатанных листах. В течение 30 минут обучающиеся должны дать ответы на 10 тестовых вопроса, при этом использовать любую печатную и рукописную продукцию, а также любые технические средства не допускается. 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.

Перед промежуточной аттестацией обучающийся должен сопоставить приобретенные знания, умения, навыки и (или) опыт деятельности с заявленными и, в случае необходимости, еще раз изучить литературные источники и (или) обратиться к преподавателю за консультациями. При проведении промежуточной аттестации обучающиеся сдают зачет, до которого допускаются, если выполнены все требования текущего контроля. Процедура проведения промежуточной аттестации аналогична проведению текущего контроля.

6 Учебно-методическое обеспечение

6.1 Основная литература

1. Заплатина, О. А. Физическая культура в техническом вузе: теория и практика : монография / О. А. Заплатина; ФГБОУ ВО Кузбас. гос. техн. ун-т им. Т. Ф. Горбачева. – Кемерово : Издательство КузГТУ, 2015. – 190 с. – URL: http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=20122&type=monograph:common. – Текст : непосредственный + электронный.

2. Заплатина, О. А. Физическая культура: методика проведения занятий по аэробике : учебное пособие для студентов вузов / О. А. Заплатина, М. Ю. Скворцова; 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. 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.

4. Скворцова, М. Ю. Использование общеразвивающих упражнений в процессе физического воспитания в вузе : учебное пособие для студентов всех форм обучения всех специальностей / М. Ю. Скворцова, 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: 18.05.2021). – Текст : электронный.

6.2 Дополнительная литература

1. Черкасова, И. В. Лечебная физическая культура в специальной медицинской группе вуза / И. В. Черкасова, О. Г. Богданов. – Москва, Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 128 с. – ISBN 9785447548971. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=344711 (дата обращения: 18.05.2021). – Текст : электронный.

2. Скворцова, М. Ю. Подготовка высокорослых игроков в баскетболе : учебное пособие для студентов очной и заочной формы обучения всех специальностей / М. Ю. Скворцова, 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: 18.05.2021). – Текст : электронный.

3. Скворцова, М. Ю. Спортивное питание : учебное пособие для студентов очной и заочной формы обучения всех специальностей и направлений / М. Ю. Скворцова ; 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: 18.05.2021). – Текст : электронный.

6.3 Методическая литература

1. Образовательно-развивающие и оздоровительные виды гимнастики в физическом воспитании обучающихся в техническом вузе : методические материалы по дисциплине «Физическая культура и спорт» для обучающихся всех направлений бакалавриата и специальностей всех форм обучения / ФГБОУ ВО «Кузбас. гос. техн. ун-т им. Т. Ф. Горбачева», Каф. физвоспитания ; сост. О. А. Заплатина. – Кемерово : КузГТУ, 2018. – 49 с. – URL: http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=4671 (дата обращения: 18.05.2021). – Текст : электронный.

2. Заплатина, О. А. Физическая культура в профессиональной подготовке: общая характеристика современных оздоровительных технологий : методические указания для практических занятий и самостоятельной работы для преподавателей и студентов по дисциплине «Физическая культура» / О. А. Заплатина ; ФГБОУ ВПО «Кузбас. гос. техн. ун-т им. Т. Ф. Горбачева», Каф. физвоспитания. – Кемерово : КузГТУ, 2012. – 30 с. – URL: http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=5179 (дата обращения: 18.05.2021). – Текст : электронный.

3. Физическая культура и спорт : методические материалы для обучающихся всех специальностей и направлений бакалавриата всех форм обучения / Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Кузбасский государственный технический университет им. Т. Ф. Горбачева, Кафедра физвоспитания ; составители: М. Ю. Скворцова, М. А. Гнездилов, О. А. Заплатина. – Кемерово : КузГТУ, 2019. – 43 с. – URL: http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=9839 (дата обращения: 18.05.2021). – Текст : электронный.

4. Элективные курсы по физической культуре и спорту (адаптационная). Легкая атлетика : методические материалы для обучающихся всех направлений бакалавриата и специальностей всех форм обучения / ФГБОУ ВО "Кузбас. гос. техн. ун-т им. Т. Ф. Горбачева", Каф. физвоспитания ; сост.: В. А. Дубчак, М. А. Гнездилов. – Кемерово : КузГТУ, 2018. – 14 с. – URL: http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=9144 (дата обращения: 18.05.2021). – Текст : электронный.

5. Элективные курсы по физической культуре и спорту. Легкая атлетика : методические материалы для обучающихся всех направлений бакалавриата и специальностей всех форм обучения / ФГБОУ ВО "Кузбас. гос. техн. ун-т им. Т. Ф. Горбачева", Каф. физвоспитания ; сост.: В. А. Дубчак, М. А. Гнездилов. – Кемерово : КузГТУ, 2018. – 16 с. – URL: http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=9145 (дата обращения: 18.05.2021). – 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://elib.kuzstu.ru/index.php?option=com_content&view=article&id=230&Itemid=229

5. Электронная библиотечная система «Юрайт» https://urait.ru/

6. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU https://elibrary.ru/projects/subscription/rus_titles_open.asp?

7. Национальная электронная библиотека https://rusneb.ru/

8. База данных Scopus https://www.scopus.com/search/form.uri

6.5 Периодические издания

1. Инновации в образовании : журнал (печатный)

2. Наука и спорт: современные тенденции : научно-теоретический журнал (электронный) https://e.lanbook.com/journal/2632

3. Физическое воспитание и спортивная тренировка : журнал (электронный) https://e.lanbook.com/journal/2694?category=4775

4. Физкультурное образование Сибири : научно-методический журнал (электронный) https://biblioclub.ru/index.php?page=journal_red&jid=573555

7 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

ЭИОС КузГТУ:

a) 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.

b) 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.

c) 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 "Физическая культура и спорт"

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, установленном в рабочей программе дисциплины (модуля), практики;

2.3 подготовка к промежуточной аттестации в соответствии с порядком, установленном 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 образовательного процесса по дисциплине "Физическая культура и спорт", включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Для изучения дисциплины может использоваться следующее программное обеспечение:
1. Libre Office
2. Mozilla Firefox
3. Google Chrome
4. Opera
5. Yandex
6. Open Office
7. VLC

10 Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине "Физическая культура и спорт"

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 информационно-образовательную 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.

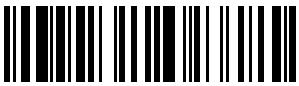
11 Иные сведения и (или) материалы

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.



Список изменений литературы на 01.09.2020

Основная литература

1. Заплатина, О. А. Физическая культура: методика проведения занятий по аэробике : учебное пособие для студентов вузов / О. А. Заплатина, М. Ю. Скворцова; 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.

2. 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.

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.

4. Кобылянский, Д. М. Настольный теннис : учебное пособие [для студентов всех специальностей втузов, физкультурных вузов] / Д. М. Кобылянский ; ГОУ ВПО Кузбас. гос. техн. ун-т. – Кемерово : Издательство КузГТУ, 2009. – 63 с. – URL: http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=90398&type=utchposob:common. – Текст : непосредственный + электронный.

5. Скворцова, М. Ю. Методика проведения занятий по физической подготовке баскетболистов : учебное пособие / М. Ю. Скворцова; 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.

Дополнительная литература

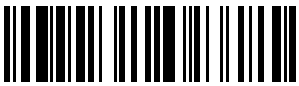
1. Тютеньков, С. Б. 20 лет мини-футбольному клубу КузГТУ: история развития. 1995–2015 : монография / С. Б. Тютеньков ; ФГБОУ ВПО «Кузбас. гос. техн. ун-т им. Т. Ф. Горбачева», Каф. физвоспитания. – Кемерово : Издательство КузГТУ, 2015. – 300 с. – URL: http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=20123&type=monograph:common (дата обращения: 01.09.2020). – Текст : электронный.

2. 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.

3. Скворцова, М. Ю. Подготовка высокорослых игроков в баскетболе : учебное пособие для студентов очной и заочной формы обучения всех специальностей / М. Ю. Скворцова, 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.

4. Скворцова, М. Ю. Спортивное питание : учебное пособие для студентов очной и заочной формы обучения всех специальностей и направлений / М. Ю. Скворцова ; 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.

5. Скворцова, М. Ю. Использование общеразвивающих упражнений в процессе физического воспитания в вузе : учебное пособие для студентов всех форм обучения всех специальностей / М. Ю. Скворцова, 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.



6. Заплатина, О. А. Культура здоровья человека в условиях экологизации российского социума (социально-философский аспект : монография / О. А. Заплатина; ФГБОУ ВПО Кузбас. гос. техн. ун-т им. Т. Ф. Горбачева. – Кемерово : Издательство КузГТУ, 2014. – 194 с. – URL: http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=20115&type=monograph:common. – Текст : непосредственный + электронный.

7. Заплатина, О. А. Физическая культура в техническом вузе: теория и практика : монография / О. А. Заплатина; ФГБОУ ВО Кузбас. гос. техн. ун-т им. Т. Ф. Горбачева. – Кемерово : Издательство КузГТУ, 2015. – 190 с. – URL: http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=20122&type=monograph:common. – Текст : непосредственный + электронный.