

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Клочков Юрий Сергеевич  
Должность: и.о. ректора  
Дата подписания: 15.04.2024 15:13:40  
Уникальный программный ключ:  
4e7c4ea90328ec8e65c5d8058549a2538d7400d1

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

**«ТЮМЕНСКИЙ ИНДУСТРИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**



**УТВЕРЖДАЮ:**

Председатель КСН

О.М. Барбаков

2019г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

дисциплины:

**Прикладная физическая культура**

направление подготовки:

**01.03.02 Прикладная математика и информатика**

направленность:

**Прикладное программирование и компьютерные технологии**

форма обучения:

**очная**

Рабочая программа разработана в соответствии с утвержденным учебным планом от 22.04.2019г. и требованиями ОПОП ВО по направлению подготовки 01.03.02 Прикладная математика и информатика, направленность Прикладное программирование и компьютерные технологии к результатам освоения дисциплины «Прикладная физическая культура».

Рабочая программа рассмотрена  
на заседании кафедры Физического воспитания

Протокол № 8 от « 20 » 05 2019 г.

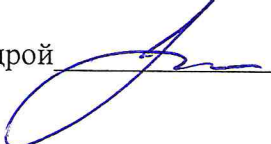
Заведующий кафедрой  
Физического воспитания

  
В.Я. Субботин

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий выпускающей кафедрой



«21» 05 2019 г.

  
О.М. Барбаев

Рабочую программу разработали:

Захарова А.В. преподаватель кафедры  
физического воспитания

Драгич О.А., д.б.н., профессор кафедры  
физического воспитания

## **1. Цели и задачи освоения дисциплины**

Целью освоения дисциплины является формирование физической культуры личности, развития физических качеств, двигательных умений и навыков, и способности, направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- создания базы для специальной физической подготовленности к конкретному виду деятельности, приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- 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;
- 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;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

## **2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО**

Дисциплина относится к части дисциплин, формируемой участниками образовательных отношений. Необходимыми условиями для освоения дисциплины являются:

знания:

- основы физической культуры и здорового образа жизни;
- понимать роль физической культуры в развитии личности и подготовки ее к профессиональной деятельности;
- системность научно-практических знаний по физической культуре для творческого использования в практике физкультурно-спортивной деятельности.

умения:

- планировать и проводить самостоятельные занятия с оздоровительной, рекреационной и восстановительной направленностью;
- проводить самодиагностику организма при занятиях физическими упражнениями и спортом, пользоваться методами самоконтроля.

владение:

- системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психологических способностей и качеств, самоопределение в физической культуре;
- опытом использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей;
- средствами, методами, умениями и навыками, необходимыми для физического самосовершенствования.

Содержание дисциплины является логическим продолжением содержания дисциплин «Физическая культура и спорт» и служит основой для освоения дисциплин «Безопасность жизнедеятельности».

### 3. Результаты обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Таблица 3.1

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикаторов достижения компетенций	Результаты обучения по дисциплине
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знать: УК-7.3.1 Знает основы здорового образа жизни, здоровьесберегающих технологий, физической культуры	3.1.1 знать методы и приемы здоровьесберегающих технологий при осуществлении профессиональной деятельности в управлении и совершенствовании функциональных возможностей организма
	Уметь: УК-7.У1 Умеет выполнять комплекс физкультурных упражнений.	У.1.1 уметь: использовать методы и приемы здоровьесберегающих технологий при осуществлении профессиональной деятельности
	Владеть: УК-7.В.1 Имеет практический опыт занятий физической культурой.	В.1.1 владеть: практическими навыками, обеспечивающими сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, качеств и свойств личности

### 4. Объем дисциплины

Общий объем дисциплины составляет 328 часов.

Таблица 4.1.

Форма обучения	Курс/ семестр	Аудиторные занятия/контактная работа, час.	Самостоятельная работа, час.	Форма промежуточной
----------------	---------------	--	------------------------------	---------------------

		Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия		аттестации
1	2	3	4	5	6	7
очная	1/2	-	68	-	-	зачет
очная	2/3	-	68	-	-	зачет
очная	2/4	-	68	-	-	зачет
очная	3/5	-	68	-	5	зачет
очная	3/6	-	51	-	-	зачет

## 5. Структура и содержание дисциплины

### 5.1. Структура дисциплины

#### - очная форма обучения (ОФО)

#### 2 семестр

Таблица 5.1.1

№ п/п	Структура дисциплины		Аудиторные занятия, час.			СРС, час.	Всего, час.	Код ИДК	Оценочные средства
	Номер раздела	Наименование раздела	Л.	Пр.	Лаб.				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	1	Профессионально-прикладная физическая подготовка	-	20	-	-	20	31.1 У1.1 В1.1	Практические занятия Контрольные нормативы
2	2	Легкая атлетика	-	14	-	-	14		Практические занятия Контрольные нормативы
3	3	Фитнес и Аэробика	-	9	-	-	9		Практические занятия Текущие нормативы
4	4	Тяжелая атлетика	-	9	-	-	9		Практические занятия Текущие нормативы
5	5	Плавание	-	8	-	-	8		Практические занятия Работа в малых группах
6	6	Лыжные гонки	-	8	-	-	8		Практические занятия Работа в малых группах
7	Зачет		-	-	-	-	-	X	
Итого:			-	68	-	-	68	X	X

#### 3 семестр

№ п/п	Структура дисциплины		Аудиторные занятия, час.			СРС, час.	Всего, час.	Код ИДК	Оценочные средства
	Номер раздела	Наименование раздела	Л.	Пр.	Лаб.				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	1	Профессионально-прикладная физическая подготовка	-	19	-	-	19	31.1 У1.1 В1.1	Практические занятия Контрольные нормативы
2	2	Легкая атлетика	-	14	-	-	14		Практические занятия Контрольные нормативы
3	3	Фитнес и Аэробика	-	11	-	-	11		Практические занятия Текущие нормативы
4	4	Тяжелая атлетика	-	10	-	-	10		Практические занятия Текущие нормативы
5	5	Плавание	-	7	-	-	7		Практические занятия Работа в малых группах
6	6	Лыжные гонки	-	7	-	-	7		Практические занятия

									Работа в малых группах
7	Зачет		-	-	-	-	-		
Итого:			-	68	-	-	68	X	X

#### 4 семестр

№ п/п	Структура дисциплины		Аудиторные занятия, час.			СРС, час.	Всего, час.	Код ИДК	Оценочные средства
	Номер раздела	Наименование раздела	Л.	Пр.	Лаб.				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	1	Профессионально-прикладная физическая подготовка	-	16	-	-	16	31.1 У1.1 В1.1	Практические занятия Контрольные нормативы
2	2	Легкая атлетика	-	12	-	-	12		Практические занятия Контрольные нормативы
3	3	Фитнес и Аэробика	-	11	-	-	11		Практические занятия Текущие нормативы
4	4	Тяжелая атлетика	-	11	-	-	11		Практические занятия Текущие нормативы
5	5	Плавание	-	9	-	-	9		Практические занятия Работа в малых группах
6	6	Лыжные гонки	-	9	-	-	9		Практические занятия Работа в малых группах
7	Зачет		-	-	-	-	-		
Итого:			-	68	-	-	68	X	X

#### 5 семестр

№ п/п	Структура дисциплины		Аудиторные занятия, час.			СРС, час.	Всего, час.	Код ИДК	Оценочные средства
	Номер раздела	Наименование раздела	Л.	Пр.	Лаб.				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	1	Профессионально-прикладная физическая подготовка	-	15	-	-	15	31.1 У1.1 В1.1	Практические занятия Контрольные нормативы
2	2	Легкая атлетика	-	13	-	-	13		Практические занятия Контрольные нормативы
3	3	Фитнес и Аэробика	-	12	-	-	12		Практические занятия Текущие нормативы
4	4	Тяжелая атлетика	-	12	-	-	12		Практические занятия Текущие нормативы
5	5	Плавание	-	8	-	-	8		Практические занятия Работа в малых группах
6	6	Лыжные гонки	-	8	-	-	8		Практические занятия Работа в малых группах
7	Зачет		-	-	-	-	-		
Итого:			-	68	-	-	68	X	X

#### 6 семестр

№ п/п	Структура дисциплины		Аудиторные занятия, час.			СРС, час.	Всего, час.	Код ИДК	Оценочные средства
	Номер раздела	Наименование раздела	Л.	Пр.	Лаб.				

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	1	Профессионально-прикладная физическая подготовка	-	10	-	-	10	31.1 У1.1 В1.1	Практические занятия Контрольные нормативы
2	2	Легкая атлетика	-	10	-	-	10		Практические занятия Контрольные нормативы
3	3	Фитнес, Аэробика	-	8	-	-	8		Практические занятия Текущие нормативы
4	4	Тяжелая атлетика	-	8	-	-	8		Практические занятия Текущие нормативы
5	5	Плавание	-	8	-	-	8		Практические занятия Работа в малых группах
6	6	Лыжные гонки	-	7	-	-	7		Практические занятия Работа в малых группах
7	Зачет		-	-	-	-	-		
Итого:			-	51	-	-	51	X	X

- **заочная форма обучения (ЗФО)** Не реализуется.
- **очно-заочная форма обучения (ОЗФО)** Не реализуется.

## 5.2. Содержание дисциплины.

### 5.2.1. Содержание разделов дисциплины (дидактические единицы).

#### **Раздел 1 Профессионально-прикладная физическая подготовка.**

**Вводная часть.** Основные термины и понятия (производственная физкультура, комплексы для работников разных профессий, производственная физкультура в учебное и внеучебное время. Профессиональная физическая подготовка для студентов, обучающихся в (строители, экономисты, проектировщики, менеджеры, дорожники, архитекторы). Личная и социально-экономическая значимость психофизической подготовки человека к трудовой деятельности. Роль и место прикладной физической культуры в системе физического воспитания студентов. Комплексы гигиенической гимнастики для работников разных профессий.

#### **Раздел 2 Легкая атлетика.**

Ценности физической культуры и их применение в аспекте развития личности. Физическая культура в системе высшего профессионального образования, основные положения организации физического воспитания в вузе. Олимпийские игры, другие крупные международные состязания – важный фактор мирового сотрудничества.

**Раздел 3 Фитнес, аэробика.** Здоровье и двигательная активность человека. Утренняя гимнастика. Гигиена физических упражнений. Влияние общей культуры студента на формирование здорового образа жизни (спортивного стиля) студента. Основные требования к организации здорового образа жизни. Степени здоровья человека. Оптимальный объем двигательной активности молодых людей (18-25 лет).

#### **Раздел 4 Тяжелая атлетика.**

Методика силовой тренировки, развитие силу, общее укрепление опорно-двигательного аппарата, повышению функциональных возможностей вегетативных систем. Один из основных жизненно важных навыков — отрыв тяжести от пола. Способность снять стресс, ликвидировать депрессивное состояние, повысить настроение, помочь переключиться на другую волну после напряжённого рабочего дня.

### **Раздел 5 Плавание.**

Основные термины и понятия (самоконтроль, врачебно-педагогические наблюдения, тестирование, нормограмма). Совершенствование двигательных способностей. Формировать потребность в сохранение физического, психического здоровья, работоспособности на протяжении всей жизни. Способы спасения утопающих. Оказание первой помощи на воде.

### **Раздел 6 Лыжные гонки.**

Основные термины и понятия (самоконтроль, тестирование). Формирование знаний о закаливающих процедурах и укрепления здоровья, приобретение практических навыков и теоретических знаний в области лыжных гонок, а также соблюдение общей и частной гигиены и осуществление самоконтроля.

#### **5.2.2. Содержание дисциплины по видам учебных занятий.**

##### **Лекционные занятия**

Лекционные занятия учебным планом не предусмотрены

##### **Практические занятия**

### **2 семестр**

Таблица 5.2.1

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем, час.	Тема практического занятия
		Очная форма обучения	
1	1	6	Координация движения рук и точность линейного глазомера
2		4	Точность мышечно-суставного чувства
3		4	Сила и подвижность нервных процессов
4		6	Общая выносливость
5	2	4	Бег на короткие дистанции – скоростное качество
6		6	Отжимания от пола – силовое качество
7		4	Подтягивания – силовое качество
8	3	5	Техническая подготовка
9		4	Общефизическая подготовка
10	4	5	Техническая подготовка
11		4	Развитие выносливости
12	5	4	Техническая подготовка
13		4	Общефизическая подготовка
14	6	4	Основы техники и методика обучения передвижения
15		4	Общефизическая подготовка
Итого:		68	X







### 3 семестр

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем, час.	Тема практического занятия
		Очная форма обучения	
1	1	5	Общая выносливость
2		4	Мышечная сила
3		4	Координация движения рук и точность линейного глазомера
4		6	Статическая выносливость мышц
5	2	4	Бег на короткие дистанции – скоростное качество
6		4	Прыжок в длину с места – скоростно-силовое качество
7		3	Подтягивания – силовое качество
8		3	Отжимания от пола – силовое качество
9	3	6	Техническая подготовка
10		5	Двигательно-координационная подготовка
11	4	5	Подготовительные рывковые упражнения
12		5	Подготовительные толчковые упражнения
13	5	4	Обучение техники плавания кролем на груди
14		3	Обучение техники плавания кролем на спине
15	6	4	Методика передвижения. Торможение
16		3	Общефизическая подготовка
Итого:		68	X

### 4 семестр

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем, час.	Тема практического занятия
		Очная форма обучения	
1	1	6	Точность мышечно-суставного чувства
2		4	Мышечная сила
3		4	Отжимания от пола – силовое качество
4		4	Подтягивания – силовое качество
5	2	4	Челночный бег – скоростно-координационное качество
6		4	Прыжок в длину с места – скоростно-силовое качество
7		4	Бег на короткие дистанции – скоростное качество
8	3	5	Двигательно-координационная подготовка
9		6	Общефизическая подготовка
10	4	5	Подготовительные рывковые, толчковые упражнения
11		6	Специально вспомогательные рывковые, толчковые упражнения
12	5	4	Обучение техники плавания кролем на груди
13		4	Общефизическая подготовка
14	6	4	Классический ход
15		4	Способы торможения
Итого:		68	X

### 5 семестр

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем, час.	Тема практического занятия
		Очная форма обучения	
1	1	5	Точность мышечно-суставного чувства
3		5	Точность мышечных усилий
4		5	Сила и подвижность нервных процессов
5	2	6	Прыжок в длину с места – скоростно-силовое качество
6		7	Отжимания от пола – силовое качество
8	3	6	Построение танцевальных композиций
9		6	Инструкторская и судейская практика

10	4	6	Мышечная сила
11		6	Силовые упражнения в парах
12	5	4	Обучение техники плавания кролем на спине
13		4	Обучение техники плавания способом «Брасс»
14	6	4	Способы спусков, подъемов
15		4	Коньковый ход
Итого:		68	X

### 6 семестр

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем, час.	Тема практического занятия
		Очная форма обучения	
1	1	5	Сила и подвижность нервных процессов
3		5	Точность мышечных усилий
4	2	5	Отжимания от пола – силовое качество
6		5	Подтягивания – силовое качество
7	3	4	Двигательно-координационная подготовка
8		4	Построение танцевальных композиций
9	4	4	Общая выносливость
10		4	Мышечная сила
11	5	4	Обучение техники плавания способом «Брасс»
12		4	Общефизическая подготовка
13	6	4	Коньковый ход
14		3	Общефизическая подготовка
Итого:		51	X

### Лабораторные работы

Лабораторные работы учебным планом не предусмотрены.

### Самостоятельная работа студента

Таблица 5.2.3

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем, час.	Тема	Вид СРС
		Очная форма обучения		
1	6	3	Правила поведения на воде, оказание первой помощи	Изучение теоретического материала по разделу
2	7	2	Коньковый ход передвижения	
Итого:		5	X	

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

- визуализация учебного материала в PowerPoint в диалоговом режиме (лекционные занятия);
- работа в малых группах (практические занятия);
- разбор практических ситуаций (практические занятия);
- метод проектов (практические занятия).

### 6. Тематика курсовых работ/проектов

Курсовые работы/проекты учебным планом не предусмотрены.

## 7. Контрольные работы

Контрольные работы учебным планом не предусмотрены.

## 8. Оценка результатов освоения дисциплины

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

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

2-6 семестр

Таблица 8.1

№ п/п	Виды мероприятий в рамках текущего контроля	Количество баллов
1	2	3
1 текущая аттестация		
1	Работа на практических занятиях	7
2	Участие в спортивно-массовых мероприятиях и помощь в проведении спортивно-массовых мероприятиях	2
3	Составление комплекса утренней гимнастики	3
4	Выполнение текущих нормативов	4
5	Выполнение контрольных нормативов	4
ИТОГО за первую текущую аттестацию		0-20
2 текущая аттестация		
1	Работа на практических занятиях	12
2	Участие в спортивно-массовых мероприятиях и помощь в проведении спортивно-массовых мероприятиях	2
3	Выполнение текущих нормативов	5
4	Составление комплекса общеразвивающих упражнений	5
5	Выполнение контрольных нормативов	6
ИТОГО за вторую текущую аттестацию		0-30
3 текущая аттестация		
1	Работа на практических занятиях	22
2	Участие в спортивно-массовых мероприятиях и помощь в проведении спортивно-массовых мероприятиях	4
3	Выполнение текущих нормативов	7
4	Судейства по избранному виду спорта	7
5	Выполнение контрольных нормативов	10
ИТОГО за третью текущую аттестацию		0-50
<b>ВСЕГО</b>		<b>0-100</b>

## 9. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

9.1. Перечень рекомендуемой литературы представлен в Приложении 2.

9.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Собственная полнотекстовая база (ПБД) БИК ТИУ <http://elib.tyuiu.ru/>

2. Научно-техническая библиотека ФГАОУ ВО РГУ Нефти и газа (НИУ) им. И.М. Губкина и ФГБОУ ВО «ТИУ» <http://elib.gubkin.ru/>
  3. Научно-техническая библиотека ФГБОУ ВПО УГНТУ <http://bibl.rusoil.net>
  4. Научно-техническая библиотека ФГБОУ ВПО «Ухтинский государственный технический университет» <http://lib.ugtu.net/books>
  5. База данных Консультант студента «Электронная библиотека технического вуза» <http://www.studentlibrary.ru>
  6. Электронно-библиотечная система IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru/>
  7. ООО «Издательство ЛАНЬ» <http://e.lanbook.com>
  8. ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ» [www.biblio-online.ru](http://www.biblio-online.ru)
  9. ООО «РУНЭБ» <http://elibrary.ru/>
  10. Электронно-библиотечная система BOOK.ru <https://www.book.ru>
  11. Национальная электронная библиотека
- 9.3. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в т.ч. отечественного производства:
1. Microsoft Windows;
  2. Microsoft Office Professional Plus.

## 10. Материально-техническое обеспечение дисциплины

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

Таблица 10.1

Наименование	Кол-во	Назначение
<b>I. Перечень оборудования для практических занятий</b>		
<b>Спортивный зал волейбольный №2</b>		
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
<b>Спортивный зал баскетбольный №1</b>		
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
<b>Плавательный бассейн</b>		
Ванна	1	Для проведения учебных занятий

Доска для плавания	25	Для обучения плаванию, выполнения специальных упражнений.
Раздевалки	2	Для переодевания
Санитарные комнаты	2	Для приема санитарно-гигиенических процедур до и после занятий
Душевые комнаты	6	
<b>II. ПК, мультимедийное обеспечение</b>		
Компьютер	2	Для проверки реферативных работ
<b>III. Лицензионное программное обеспечение</b>		
Microsoft Windows		
<b>IV. Специализированные аудитории, кабинеты, лаборатории и пр.</b>		
Санитарные комнаты	5	Для приема санитарно-гигиенических процедур после занятий
Душевые комнаты	4	
Раздевалки	4	Для переодевания

## **11. Методические указания по организации СРС**

### 11.1. Методические указания по подготовке к практическим занятиям.

На практических занятиях обучающиеся изучают методику и выполняют типовые задания. Для эффективной работы обучающиеся должны иметь спортивную форму и соответствующие медицинскую справку о допуске к занятиям физической культуре и спорту. В процессе подготовки к практическим занятиям обучающиеся могут прибегать к консультациям преподавателя!

**Планируемые результаты обучения для формирования компетенции и критерии их оценивания**

Дисциплина: Прикладная физическая культура

Код, направление подготовки: 01.03.02 Прикладная математика и информатика

Направленность: Прикладное программирование и компьютерные технологии

Код компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Критерии оценивания результатов обучения			
		1-2	3	4	5
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знать: УК-7.3.1 Знает основы здорового образа жизни, здоровьесберегающих технологий, физической культуры	Не сформировать основные методы и приемы здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности в управлении и совершенствовании функциональных возможностей организма	Демонстрирует знание отдельных определений методов и приемов здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности в управлении и совершенствовании функциональных возможностей организма	Демонстрирует достаточные знания по методам и приемам здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности в управлении и совершенствовании функциональных возможностей организма	Демонстрирует исчерпывающие знания по определениям всех методов и приемов здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности в управлении и совершенствовании функциональных возможностей организма
	Уметь: УК-7.У1 Выполнять комплекс физкультурных упражнений.	Не умеет использовать методы и приемы здоровьесберегающих технологий при двигательной активности	Умеет использовать методы и приемы здоровьесберегающих технологий при осуществлении двигательной активности, допуская значительные ошибки	Умеет использовать методы и приемы здоровьесберегающих технологий при физической нагрузке, допуская незначительные ошибки	В совершенстве умеет использовать методы и приемы здоровьесберегающих технологий при активной физической нагрузке
	Владеть: УК-7.В1 Практический опыт физической культурой.	Не владеет практическими навыками в профессиональной деятельности обеспечивающими сохранение и укрепление здоровья, развития и совершенствования свойств личности	Владеет практическими навыками, обеспечивающими сохранение и укрепление здоровья, развития и совершенствования свойств личности	Хорошо владеет практическими навыками в профессиональной деятельности, обеспечивающими сохранение и укрепление здоровья, развития и совершенствования свойств личности	В совершенстве владеет практическими навыками в профессиональной деятельности, обеспечивающими сохранение и укрепление здоровья, развития и совершенствования свойств личности



**КАРТА**  
**обеспеченности дисциплины учебной и учебно-методической литературой**

**Дисциплина:** Прикладная физическая культура

**Код, направление подготовки:** 01.03.02 Прикладная математика и информатика

**Направленность:** Прикладное программирование и компьютерные технологии

№ п/п	Название учебного, учебно-методического издания, автор, издательство, вид издания, год издания	Количество экземпляров в БИК	Контингент обучающихся, использующих указанную литературу	Обеспеченность обучающихся литературой, %	Наличие электронного варианта в ЭБС (+/-)
1	Физическая культура [Текст]: Учебник и практикум / А. Б. Муллер. - М.: Издательство Юрайт, 2018. - 424 с. <a href="http://www.biblio-online.ru">http://www.biblio-online.ru</a>	ЭР	25	100	+
2	Теория и история физической культуры [Текст]: Учебник и практикум / Д. С. Алкасов. - М.: Издательство Юрайт, 2017. - 191 с. <a href="http://www.biblio-online.ru">http://www.biblio-online.ru</a>	ЭР	25	100	+
3	Наймушина Алла Геннадьевна Физическая культура [Текст: Электронный ресурс]: учебное пособие / А. Г. Наймушина; ТИУ. - Тюмень: ТИУ, 2017. - 76 с.: рис., табл. -Режим доступа: <a href="http://elib.tyuiu.ru">http://elib.tyuiu.ru</a>	5+ЭР	25	100	+
4	Оценка адаптационных характеристик студентов из сельской местности [Текст : Электронный ресурс] : монография / О. А. Драгич [и др.] ; ТИУ. - Тюмень : ТИУ, 2016. - 98 с. : табл. - Режим доступа : <a href="http://elib.tyuiu.ru">http://elib.tyuiu.ru</a> .	13+ЭР	25	100	+
5	Михайлов, Николай Георгиевич. Методика обучения физической культуре. Аэробика [Текст] : Учебное пособие / Н. Г. Михайлов. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Издательство Юрайт, 2017. - 127 с <a href="http://www.biblio-online.ru">http://www.biblio-online.ru</a>	ЭР	25	100	+
6	Капилевич, Леонид Владимирович. Биохимия человека [Текст] : Учебное пособие / Л. В. Капилевич. - М. : Издательство Юрайт, 2018. - 151 с. - (Университеты России). - 4 экз. <a href="http://www.biblio-online.ru">http://www.biblio-online.ru</a>	ЭР	25	100	+

Заведующий кафедрой ФВ \_\_\_\_\_ В.Я. Субботин  
«01» \_\_\_\_\_ 2019 г.

Директор БИК \_\_\_\_\_ Д.Х. Каюкова  
«01» \_\_\_\_\_ 2019 г.  
М.П.



**КАРТА**  
**обеспеченности дисциплины учебной и учебно-методической литературой**

**Дисциплина:** Прикладная физическая культура

**Код, направление подготовки:** 01.03.02 Прикладная математика и информатика

**Направленность:** Прикладное программирование и компьютерные технологии

№ п/п	Название учебного, учебно-методического издания, автор, издательство, вид издания, год издания	Количество экземпляров в БИК	Контингент обучающихся, использующих указанную литературу	Обеспеченность обучающихся литературой, %	Наличие электронного варианта в ЭБС (+/-)
1	Физическая культура: учебник и практикум для вузов / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богашенко, А. Ю. Близнаевский, С. К. Рябинина. - Москва: Юрайт, 2020. - 424 с. <a href="https://urait.ru">https://urait.ru</a>	ЭР*	30	100%	+
2	Литвинов, Сергей Анатольевич. Методика обучения физической культуре. Календарно-тематическое планирование: учебное пособие для вузов / С. А. Литвинов. - 2-е изд. - Москва: Юрайт, 2020. - 413 с. <a href="https://urait.ru">https://urait.ru</a>	ЭР*	30	100%	+
3	Воронин, Сергей Михайлович. Профессионально-прикладная физическая подготовка: учебное пособие для вузов / С. М. Воронин, Н. А. Воронов, Е. В. Игнатова, Л. Ю. Шалайкин, С. Н. Авдеева. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва: Издательство Юрайт, 2020. - 140 с. <a href="https://urait.ru">https://urait.ru</a>	ЭР*	30	100%	+
4	Физическая культура. Ускоренное передвижение и легкая атлетика: Учебное пособие / Н. А. Шипов [и др.]. - Саратов: Ай Пи Ар Медиа, 2019. - 105 с. <a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>	ЭР*	30	100%	+
5	Капилевич, Леонид Владимирович. Физиология человека. Спорт: учебное пособие для прикладного бакалавриата: Учебное пособие / Л. В. Капилевич. - М: Издательство Юрайт, 2018. - 141 с. <a href="https://urait.ru">https://urait.ru</a>	ЭР*	30	100%	+

Заведующий кафедрой ФВ \_\_\_\_\_ В.Я. Субботин

« 31 » \_\_\_\_\_ 2020 г.

Директор БИК \_\_\_\_\_ Д.Х. Каюкова

« 31 » \_\_\_\_\_ 2020 г.

М.П.



**КАРТА**  
**обеспеченности дисциплины учебной и учебно-методической литературой**

**Дисциплина:** Прикладная физическая культура

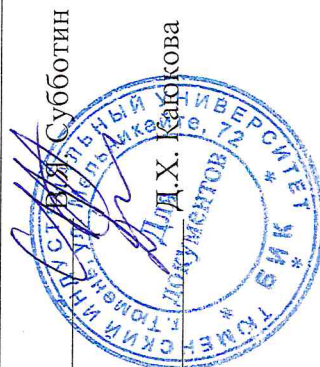
**Код, направление подготовки:** 01.03.02 Прикладная математика и информатика

**Направленность:** Прикладное программирование и компьютерные технологии

№ п/п	Название учебного, учебно-методического издания, автор, издательство, вид издания, год издания	Количество экземпляров в БИК	Контингент обучающихся, использующих указанную литературу	Обеспеченность обучающихся литературой, %	Наличие электронного варианта в ЭБС (+/-)
1	Физическая культура: учебник и практикум для вузов / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богаченко, А. Ю. Близневский, С. К. Рябинина. - Москва: Юрайт, 2020. - 424 с. <a href="https://urait.ru">https://urait.ru</a>	ЭР*	30	100%	+
2	Литвинов, Сергей Анатольевич. Методика обучения физической культуре. Календарно-тематическое планирование: учебное пособие для вузов / С. А. Литвинов. - 2-е изд. - Москва: Юрайт, 2020. - 413 с. <a href="https://urait.ru">https://urait.ru</a>	ЭР*	30	100%	+
3	Физическая культура: учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева, А. А. Зайцев, О. Б. Томашевская, Н. В. Покровская [и др.]. - 2-е изд., пер. и доп. - Москва: Юрайт, 2020. - 599 с. <a href="https://urait.ru/bcode/446683">https://urait.ru/bcode/446683</a>	ЭР*	30	100%	+
4	Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для вузов физической культуры и спорта / Л. П. Матвеев. - Москва: Издательство «Спорт», 2020. - 344 с. <a href="http://www.iprbookshop.ru/98646.html">http://www.iprbookshop.ru/98646.html</a>	ЭР*	30	100%	+
5	Письменский, Иван Андреевич. Физическая культура: учебник для вузов / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. - Москва: Юрайт, 2021. - 450 с. <a href="https://urait.ru/bcode/469114">https://urait.ru/bcode/469114</a>	ЭР*	30	100%	+

Заведующий кафедрой ФВ \_\_\_\_\_ Субботин  
« *ЗС* » \_\_\_\_\_ 2021 г.

Директор БИК \_\_\_\_\_ Каюкова  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2021 г.  
М.П.

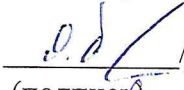


**Дополнения и изменения  
к рабочей программе по дисциплине  
Прикладная физическая культура  
на 2020/2021 учебный год**

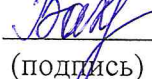
В рабочую программу вносятся следующие дополнения (изменения):

- 1) Обновлено карта обеспеченности дисциплины учебной и учебно-методической литературой
- 2) Внесены изменения в базы данных и информационно справочные системы.
  - Электронно-библиотечная система (обеспечивающая доступ, в том числе к профессиональным базам данных) «Электронного издательства ЮРАЙТ» изменила электронный адрес на [www.ura.it.ru](http://www.ura.it.ru)
  - Электронный каталог/Электронная библиотека Тюменского индустриального университета, адрес сайта – [www.webirbis.tsogu.ru](http://www.webirbis.tsogu.ru)
  - Электронно – библиотечная система (обеспечивающая доступ, в том числе к профессиональным базам данных) «Консультант студента», адрес сайта – [www.studentlibrary.ru](http://www.studentlibrary.ru)
  - Национальная электронная библиотека (НЭБ), адрес сайта – [www.rusneb.ru](http://www.rusneb.ru)
- 3) Для эффективной организации образовательного процесса с использованием облачных сервисов для проведения онлайн-занятий в материально-техническое обеспечение дисциплины добавляется бесплатная версия свободно-распространяемого ПО – ZOOM

Дополнения и изменения внес  
д.б.н., профессор кафедры ФВ

 / О.А. Драгич  
(подпись)

преподаватель кафедры ФВ

 / А.В. Захарова  
(подпись)


Дополнения (изменения) в рабочую учебную программу рассмотрены и одобрены на заседании кафедры ФВ. Протокол от «31» \_\_08\_\_ 2020г. № 1.

Заведующий кафедрой ФВ

 / В.Я. Субботин  
(подпись)

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий  
выпускающей кафедрой БИМ

 / О.М. Барбаков  
(подпись)


«31» \_\_08\_\_ 2020г.

**Дополнения и изменения**  
**к рабочей программе по дисциплине**  
Прикладная физическая культура  
на 2021/2022 учебный год


В рабочую программу вносятся следующие дополнения (изменения):

- 1) Обновлена карта обеспеченности дисциплины учебной и учебно-методической литературой
- 2) Для эффективной организации образовательного процесса с использованием облачных сервисов для проведения онлайн-занятий в материально-техническое обеспечение дисциплины добавляется бесплатная версия свободно-распространяемого ПО – ZOOM

Дополнения и изменения внес  
д.б.н., профессор кафедры ФВ


 / О.А. Драгич  
(подпись)

преподаватель кафедры ФВ

 / А.В. Захарова  
(подпись)


Дополнения (изменения) в рабочую учебную программу рассмотрены и одобрены на заседании кафедры ФВ. Протокол от « 30 » 08 2021г. № 1.

Заведующий кафедрой ФВ

 / В.Я. Субботин  
(подпись)

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий  
выпускающей кафедрой БИМ

 / О.М. Барбаков  
(подпись)

« 30 » 08 2021г.