

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Клочков Юрий Сергеевич
Должность: и.о. ректора
Дата подписания: 20.05.2024 16:15:23
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.Н. Кузяков

« 30 » 08 2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины: **Физическая культура и спорт**

направление подготовки: **09.03.01 Информатика и вычислительная техника**

направленность (профиль): **Автоматизированные системы обработки информации и управления**


форма обучения: **очная, заочная**

Рабочая программа разработана в соответствии с утвержденным учебным планом от 22.04.2019г. и требованиями ОПОП ВО по направлению подготовки 09.03.01 Информатика и вычислительная техника, направленность (профиль) Автоматизированные системы обработки информации и управления к результатам освоения дисциплины «Физическая культура и спорт».

Рабочая программа рассмотрена
на заседании кафедры Физического воспитания

Протокол № 1 от «28» августа 2019 г.

Заведующий кафедрой
Физического воспитания



В.Я. Субботин

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий выпускающей кафедрой
Кибернетических систем
«30» __08__ 2019 г.




О.Н. Кузяков

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 и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина относится к обязательной части Блоку 1 учебного плана.

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 служит основой для освоения дисциплин «Общая физическая подготовка», «Прикладная физическая культура».

3. Результаты обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Таблица 3.1

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции (ИДК)	Код и наименование результата обучения по дисциплине
УК-7 Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знать: УК-7.311-виды физических упражнений; УК-7.312-научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни	31 – виды физических упражнений в физической культуре и спорте 32 –основы здорового образа жизни и роль физической культуры в развитии личности и подготовки ее к профессиональной деятельности
	УК-7.У12 Уметь: применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; УК-7.У13 Уметь: использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни	У1 – проводить самодиагностику организма при занятиях физическими упражнениями и спортом, пользоваться методами самоконтроля У2 – планировать и проводить самостоятельные занятия с оздоровительной, рекреационной и восстановительной направленностью, планировать свой рабочий (учебный) день
	УК-7.В11 Владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования	В1 – опытом использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей В2 – системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психологических способностей и качеств, самоопределение в физической культуре

4. Объем дисциплины

Общий объем дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа.

Таблица 4.1.

Форма обучения	Курс/ семестр	Аудиторные занятия/контактная работа, час.			Самостоятельная работа, час.	Форма промежуточной аттестации
		Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия		
1	2	3	4	5	6	7
очная	1/1	-	68	-	4	зачет
заочная	1/2	-	10	-	62	зачет

5. Структура и содержание дисциплины

5.1. Структура дисциплины

- очная форма обучения (ОФО)

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	1	Легкая атлетика	-	12	-	-	12	УК.7-311, УК.7-У12, УК.7-У13, УК.7-В11	Практические занятия Контрольные нормативы
2	2	Профессионально-прикладная физическая подготовка	-	12	-	-	12	УК.7-311, УК.7-312, УК.7-У12, УК.7-У13, УК.7-В11	Практические занятия Контрольные нормативы
3	3	Волейбол	-	10	-	-	10	УК.7-311, УК.7-У12, УК.7-У13, УК.7-В11	Практические занятия Текущие нормативы
4	4	Баскетбол	-	10	-	-	10	УК.7-311, УК.7-У12, УК.7-У13, УК.7-В11	Практические занятия Текущие нормативы
5	5	Футбол	-	8	-	2	10	УК.7-311, УК.7-У12, УК.7-У13, УК.7-В11	Практические занятия Работа в малых группах
6	6	Фитнес, аэробика	-	8	-	-	8	УК.7-311, УК.7-У12, УК.7-У13, УК.7-В11	Практические занятия Контрольные нормативы
7	7	Плавание	-	4	-	2	6	УК.7-311, УК.7-У12, УК.7-У13, УК.7-В11	Практические занятия Работа в малых группах
8	8	Настольный теннис	-	4	-	-	4	УК.7-311, УК.7-У12, УК.7-У13, УК.7-В11	Практические занятия Работа в малых группах
9	Зачет		-	-	-	-	-	УК.7-311, УК.7-У12, УК.7-У13, УК.7-В11	
Итого:			-	68	-	4	72	Х	Х

- **заочная форма обучения (ЗФО)**

Таблица 5.1.2

№ п/п	Структура дисциплины		Аудиторные занятия, час.			СРС, час.	Всего, час.	Код ИДК	Оценочные средства
	Номер раздела	Наименование раздела	Л.	Пр.	Лаб.				
1	1	Легкая атлетика	-	2	-	7	9	УК.7-311, УК.7-У12, УК.7-У13, УК.7-В11	Практические занятия Контрольные нормативы
2	2	Профессионально-прикладная физическая подготовка	-	2	-	7	9	УК.7-311, УК.7-312, УК.7-У12, УК.7-У13,	Практические занятия Контрольные нормативы

								УК.7-В11	
3	3	Волейбол	-	2	-	7	9	УК.7-311, УК.7-У12, УК.7-У13, УК.7-В11	Практические занятия Текущие нормативы
4	4	Баскетбол	-	2	-	7	9	УК.7-311, УК.7-У12, УК.7-У13, УК.7-В11	Практические занятия Текущие нормативы
5	5	Футбол	-	-	-	8	8	УК.7-311, УК.7-У12, УК.7-У13, УК.7-В11	Практические занятия Работа в малых группах
6	6	Фитнес, аэробика	-	2	-	6	8	УК.7-311, УК.7-У12, УК.7-У13, УК.7-В11	Практические занятия Контрольные нормативы
7	7	Плавание	-	-	-	8	8	УК.7-311, УК.7-У12, УК.7-У13, УК.7-В11	Практические занятия Работа в малых группах
8	8	Настольный теннис	-	-	-	8	8	УК.7-311, УК.7-У12, УК.7-У13, УК.7-В11	Практические занятия Работа в малых группах
9	Зачет		-	-	-	-	4	УК.7-311, УК.7-У12, УК.7-У13, УК.7-В11	
Итого:			-	10	-	62	72	X	X

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

5.2. Содержание дисциплины.

5.2.1. Содержание разделов дисциплины (дидактические единицы).

Раздел 1 Легкая атлетика.

Вводная часть. Основные термины и понятия (физическая культура, физическое воспитание, двигательное умение (навык), физическая подготовка и подготовленность). История развития физической культуры и спорта 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 2 Профессионально-прикладная физическая подготовка.

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 3 Волейбол.

Основные термины и понятия (самостоятельные занятия, комплексы физических упражнений, нормы двигательной активности, особенности женского организма). Основные формы и органи-

зация самостоятельных занятий, их планирование. Психофизическая рекреация в периоды экзаменационных сессий.

Раздел 4 Баскетбол.

Основные термины и понятия (самоконтроль, врачебно-педагогические наблюдения, тестирование, номограмма). Основы врачебного контроля и самоконтроля. Оценка состояния здоровья. Дневник самоконтроля. Методы стандартов, антропометрических индексов, номограмм функциональных проб, упражнений-тестов для оценки физического развития, телосложения, функционального состояния организма, динамики физической подготовленности.

Раздел 5 Футбол.

Основные термины и понятия (самоконтроль, врачебно-педагогические наблюдения, тестирование, номограмма). Основы врачебного контроля и самоконтроля. Оценка состояния здоровья. Дневник самоконтроля. Методы стандартов, антропометрических индексов, номограмм функциональных проб, упражнений-тестов для оценки физического развития, телосложения, функционального состояния организма, динамики физической подготовленности.

Раздел 6 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 7 Плавание.

Основные термины и понятия (самоконтроль, врачебно-педагогические наблюдения, тестирование, нормограмма). Способы спасения утопающих. Оказание первой помощи на воде.

Раздел 8 Настольный теннис.

Основные термины и понятия (самоконтроль, врачебно-педагогические наблюдения, тестирование, нормограмма). Психофизическая рекреация в периоды экзаменационных сессий.

5.2.2. Содержание дисциплины по видам учебных занятий.

Лекционные занятия

Лекционные занятия учебным планом не предусмотрены

Практические занятия

Таблица 5.2.1

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем, час.		Тема практического занятия
		ОФО	ЗФО	
1	1	2	-	Бег на короткие дистанции – скоростное качество
2		3	1	Прыжок в длину с места – скоростно-силовое качество
3		2	1	Отжимания от пола – силовое качество
4		3	-	Подтягивания – силовое качество
5		2	-	Челночный бег – скоростно-координационное качество
6	2	4	-	Координация движения рук и точность линейного глазомера
7		4	2	Общая выносливость
8		4	-	Мышечная сила
9	3	5	2	Двигательно-координационная подготовка
10		5	-	Техника владения мячом
11	4	5	2	Техника ведения, ловли и передачи мяча.

12		5	-	Стойка баскетболиста. Техника передвижений
13	5	4	-	Техника владения мячом, пасы
14		4	-	Техника передвижения, ведения и остановка мяча.
15	6	4	-	Техническая подготовка
16		4	2	Общефизическая подготовка
17	7	4	-	Организаторские умения
18	8	4	-	Техническая подготовка
Итого:		68	10	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
		ОФО	ЗФО		
1	1	-	3	Бег на короткие дистанции – скоростное качество	Изучение теоретического материала по разделу
		-	2	Подтягивания – силовое качество	Комплекс упражнений
		-	2	Челночный бег – скоростно-координационное качество	Изучение теоретического материала по разделу
2	2	-	4	Координация движения рук и точность линейного глазомера	Упражнения на моторику
		-	3	Мышечная сила	Комплекс упражнений
3	3	-	3	Двигательно-координационная подготовка	Упражнения на моторику
		-	4	Техника владения мячом	Комплекс упражнений
4	4	-	4	Техника ведения, ловли и передачи мяча.	Изучение теоретического материала по разделу
		-	3	Стойка баскетболиста. Техника передвижений	Изучение теоретического материала по разделу
5	5	2	4	Техника вратарей	Изучение теоретического материала по разделу
		-	4	Техника передвижения, ведения и остановка мяча.	
6	6	-	4	Техническая подготовка	Комплекс упражнений
		-	2	Общефизическая подготовка	Комплекс упражнений
7	7	2	8	Правила поведения на воде, оказание первой помощи	Изучение теоретического материала по разделу
8	8	-	8	Основы техники и тактики игры, набивание мяча	Изучение теоретического материала по разделу
9	Зачет	-	4		
Итого:		4	62	X	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.

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	3
3	Составление комплекса утренней гимнастики	3
4	Выполнение текущих нормативов	3
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	4

3	Выполнение текущих нормативов	3
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	6
3	Выполнение текущих нормативов	5
4	Судейства по избранному виду спорта	7
5	Выполнение контрольных нормативов	10
	ИТОГО за третью текущую аттестацию	0...50
	ВСЕГО	0...100

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

Таблица 8.2

№ п/п	Виды мероприятий в рамках текущего контроля	Количество баллов
1	Работа на практических занятиях	0.....38
2	Составление комплекса утренней гимнастики	0.....13
3	Составление комплекса общеразвивающих упражнений	0.....14
4	Судейства по избранному виду спорта	0.....10
5	Выполнение контрольных нормативов	0.....25
	Всего	0.....100

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. Единое окно доступа к ЭБС ТИУ [Электронный ресурс]:-URL: <http://www.lib.tyuiu.ru>
2. web-каталог Библиотечно-издательского комплекса ТИУ [Электронный ресурс]:-URL: <http://www.webirbis.tsogu.ru>
3. Электронно-библиотечная система издательства «Лань» [Электронный ресурс]:-URL: <http://www.e.lanbook.com>
4. Научная электронная библиотека e-library.ru [Электронный ресурс]:-URL: <http://www.e-library.ru>
5. ЭБС БиблиокомплектаторIPRbooks [Электронный ресурс]:-URL: <http://www.bibliocomplectator.ru>
6. ЭБС «Юрайт» [Электронный ресурс]:-URL: <http://www.biblio-online.ru>

7. Интернет-ресурсы:

- <http://www.gto-normy.ru>
- <http://www.infosport.ru/press/fkvot>
- <http://tpfk.infosport.ru>
- <http://www.infosport.ru/press/szr/1999N5/index.htm>
- http://cnit.ssau.ru/kadis/ocnov_set

8. Полнотекстовая база данных ТИУ [Электронный ресурс]: URL: <http://www.elib.tyuiu.ru>

9.3. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в т.ч.

отечественного производства:

1. MicrosoftOfficeProfessionalPlus;
2. Autocad 2016;
3. Windows 8.

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
I. Перечень оборудования для практических занятий		
Спортивный зал волейбольный №2		
Волейбольные мячи	30	Для игры в волейбол
Сетка волейбольная	1	
Стойки волейбольные	2	
Антенна волейбольная	1	
Вышка судейская	2	
Стенка гимнастическая	17	Для выполнения упражнений возле стенки
Скамья гимнастическая	4	Для выполнения упражнений на скамье
Табло электронное	1	Для визуализации счета игры
Спортивный зал баскетбольный №1		
Баскетбольные мячи	30	Для игры в баскетбол
Ферма баскетбольная	2	
Корзина баскетбольная	4	
Трибуны	4	Для наблюдения за игрой
Табло электронное	1	Для визуализации счета игры
Плавательный бассейн		
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	
II. ПК, мультимедийное обеспечение		
Компьютер	2	Для проверки реферативных работ
III. Лицензионное программное обеспечение		
Windows 7. Enterprise; Windows 8.1. Enterprise		
IV. Специализированные аудитории, кабинеты, лаборатории и пр.		
Санитарные комнаты	5	Для приема санитарно-гигиенических процедур после занятий
Душевые комнаты	4	
Раздевалки	4	Для переодевания

№ п/п	Перечень оборудования, необходимого для освоения дисциплины	Перечень технических средств обучения, необходимых для освоения дисциплины (демонстрационное оборудование)
1	625027, г. Тюмень, ул. 50 лет Октября, д. 38, ауд.129.. Спортивный зал	Оснащенность: Сетка профессиональная волейбольная для официальных игр Mikasa P9.5*1м черная волейбол-1 шт, стойка волейбольная – 2 шт, Вышка судейская волейбольная- 2 шт. Стол складной с сеткой Olympic-3 шт, ракетки для настольного тенниса- 6 шт, мячи для настольного тенниса- 24 шт, ракетки для бадминтона – 8 шт, валаны для бадминтона – 8 шт, скакалка гимнастическая – 20 шт, Табло электронное- 1 шт, Скамейка атлетическая- 16 шт, Шведская стенка- 14 шт, Щит баскетбольный- 2 шт, кольцо баскетбольное- 2 шт, Мат гимнастический- 7 шт. корзина под игровые мячи- 1 шт. мяч волейбольный- 12 шт, мяч баскетбольный – 6 шт. набивной мяч гимнастический- 8 шт. Учебно-наглядные пособия: раздаточный материал по дисциплине «Физическая культура и спорт».:

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!

Задания на выполнение типовых расчетов на практических занятиях обучающиеся получают индивидуально. Порядок выполнения типовых заданий изложены в следующих методических указаниях:

1. Физическая культура и спорт: учебник для студентов по направлению подготовки 12.03.04. "Биотехнические системы и технологии".
2. Физическая культура и спорт: учебное пособие для подготовки к практическим занятиям для студентов инженерно-технических ВУЗов.
3. Методические указания по подготовке к сдаче норм ГТО.
4. Методические указания для подготовки к практическим занятиям по баскетболу.

Планируемые результаты обучения для формирования компетенции и критерии их оценивания

Дисциплина Физическая культура и спорт

Код, направление подготовки 09.03.01 Информатика и вычислительная техника

Направленность (профиль) - Автоматизированные системы обработки и информации и управления

Код компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Код и наименование результата обучения по дисциплине	Критерии оценивания результатов обучения			
			1-2	3	4	5
1	2	3	4	5	6	7
УК-7	УК-7.311 Знать: виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни	31 – виды физических упражнений в физической культуре и спорте	Не способен сформировать основные виды физических упражнений в физической культуре и спорте	Демонстрирует знание отдельных видов физических упражнений в физической культуре и спорте	Демонстрирует достаточные знания по видам физических упражнений в физической культуре и спорте	Демонстрирует исчерпывающие знания по видам физических упражнений в физической культуре и спорте
		32 – здорового образа жизни и роль физической культуры в развитии личности и подготовки ее к профессиональной деятельности	Не способен сформировать здорового образа жизни и роль физической культуры в развитии личности и подготовки ее к профессиональной деятельности	Демонстрирует знание отдельных определений по здоровому образу жизни и роль физической культуры в развитии личности и подготовки ее к профессиональной деятельности	Демонстрирует достаточные знания по здоровому образу жизни и роль физической культуры в развитии личности и подготовки ее к профессиональной деятельности	Демонстрирует исчерпывающие знания по здоровому образу жизни и роль физической культуры в развитии личности и подготовки ее к профессиональной деятельности
УК-7	УК-7.У12 Уметь: применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей	У1 – проводить самодиагностику организма при занятиях физическими упражнениями и спортом, пользоваться методами самоконтроля	Не умеет проводить самодиагностику организма при занятиях физическими упражнениями и спортом, пользоваться методами самоконтроля	Умеет проводить самодиагностику организма при занятиях физическими упражнениями и спортом, пользоваться методами самоконтроля, допуская значительные ошибки	Умеет проводить самодиагностику организма при занятиях физическими упражнениями и спортом, пользоваться методами самоконтроля, допуская незначительные ошибки	В совершенстве проводить самодиагностику организма при занятиях физическими упражнениями и спортом, пользоваться методами самоконтроля

жизни и профессиональной деятельности;					
УК-7.У13 использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни	У2 – планировать и проводить самостоятельные занятия с оздоровительной, рекреационной и восстановительной направленностью, планировать свой рабочий (учебный) день	Не умеет планировать и проводить самостоятельные занятия с оздоровительной, рекреационной и восстановительной направленностью, планировать свой рабочий (учебный) день	Умеет планировать и проводить самостоятельные занятия с оздоровительной, рекреационной и восстановительной направленностью, планировать свой рабочий (учебный) день, допуская значительные ошибки	Умеет проводить самодиагностику организма при занятиях физическими упражнениями и спортом, пользоваться методами самоконтроля, допуская незначительные ошибки	В совершенстве планировать и проводить самостоятельные занятия с оздоровительной, рекреационной и восстановительной направленностью, планировать свой рабочий (учебный) день
УК-7.В11 Владеть: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического совершенствования	В1 – опытом использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей	Не владеет опытом использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей	Владеет опытом использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей	Хороший опыт использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей	В совершенстве владеет опытом использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей
	В2 – системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психологических способностей и качеств, самоопределение в физической культуре	Не владеет системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психологических способностей.	Владеет системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психологических способностей и качеств	Хорошо владеет системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психологических способностей.	В совершенстве владеет системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психологических способностей.

КАРТА

обеспеченности дисциплины (модуля) учебной и учебно-методической литературой

Дисциплина Физическая культура и спорт

Код, направление подготовки 09.03.01 Информатика и вычислительная техника

Направленность (профиль) - Автоматизированные системы обработки информации и управления

№ 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. http://www.biblio-online.ru/book/55A7A059-CBEC-44C9-AC81-63431889BBB7	ЭР	25	100	+
2	Теория и история физической культуры [Текст]: Учебник и практикум / Д. С. Алхасов. - М.: Издательство Юрайт, 2017. - 191 с. http://www.biblio-online.ru/book/0E15828A-0CAD-4DEB-915B-7EFEB45F527E	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: http://elib.tyuiu.ru/wp-content/uploads/data/2018/04/11/Naimushina.pdf .	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: http://elib.tyuiu.ru/wp-content/uploads/2017/02/16489.pdf .	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. http://www.biblio-online.ru/book/CD83CA39-6EF8-4464-9AAC-60876FCDC5D7	ЭР	25	100	+

Заведующий кафедрой _____

« 28 » 08 2019 г.

В.Я.Субботин

Директор БИК _____

« 28 » 08 2019 г.

М.П.

Д.Х. Каюкова



Сотникова

Бик

Для документирования

