

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Филиал федерального государственного бюджетного образовательного
учреждения высшего образования
«Кузбасский государственный технический университет имени Т. Ф. Горбачева» в г.Белово
(филиал КузГТУ в г.Белово)



И.К. Костинцев

20 18 г.

Рабочая программа дисциплины

Элективные курсы по физической культуре и спорту (секции)

Специальность «21.05.04 Горное дело»
Специализация «03 Открытые горные работы»

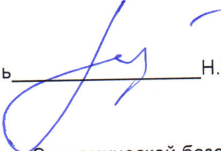
Присваиваемая квалификация
"Горный инженер (специалист)"

Формы обучения
очная, заочная, очно-заочная

Переутверждено
16.05.2023г.
Директор филиала КузГТУ в г. Белово
И.К. Костинцев

Белово 2018



Рабочую программу составил старший преподаватель  Н.В. Лысенкова

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры «Экономической безопасности и менеджмента»

Протокол № 10 от 18.06.2018

Зав. кафедрой «Экономической безопасности и менеджмента»  И.Ю. Верчагина

Согласовано учебно-методическим Советом филиала КузГТУ в г.Белово

Протокол № 12 от 20.06.2018

Председатель учебно-методического совета  Ж.А. Долганова

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

Освоение дисциплины направлено на формирование: общекультурных компетенций:

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

Знать:

- цели и задачи общей физической подготовки и специальной подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки;
- структуру подготовленности спортсмена: техническая, физическая, тактическая, психическая подготовка;
- зоны и интенсивность физических нагрузок;
- структуру и направленность учебно-тренировочного занятия;
- современные популярные системы физических упражнений.

Уметь:

- использовать средства физической культуры и спорта для общей физической и специальной подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки
- самостоятельно выбирать виды спорта или систему физических упражнений для укрепления здоровья.

Владеть:

- средствами общей физической и специальной подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки;
- методами самостоятельного выбора вида спорта или системы физических упражнений для укрепления здоровья.

В результате освоения дисциплины обучающийся в общем по дисциплине должен

Знать:

- цели и задачи общей физической подготовки и специальной подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки;
- структуру подготовленности спортсмена: техническая, физическая, тактическая, психическая подготовка;
- зоны и интенсивность физических нагрузок;
- структуру и направленность учебно-тренировочного занятия;
- современные популярные системы физических упражнений.

Уметь:

- использовать средства физической культуры для общей физической и специальной подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки 4
- самостоятельно выбирать виды спорта или систему физических упражнений для укрепления здоровья.

Владеть:

- средствами общей физической и специальной подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки;
- методами самостоятельного выбора вида спорта или системы физических упражнений для укрепления здоровья.

-

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

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

Для освоения дисциплины необходимо владеть знаниями умениями, навыками, полученными в рамках среднего общего образования и (или) среднего специального и (или) дополнительного профессионального образования. В области Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту (секции)» реализуются в рамках вариативной части блока 1 «Дисциплины по выбору» в порядке,



1496639210

установленном организацией. Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья организация устанавливает особый порядок освоения дисциплин (модулей) по физической культуре с учетом состояния их здоровья. Требования к входным знаниям, умениям и компетенциям студента, необходимые для изучения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту (секции)»: в результате обучения студент должен

Знать: - значение физической культуры в формировании общей культуры личности, приобщении к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни; укреплении здоровья человека; профилактике вредных привычек; использовании в здоровом стиле жизнедеятельности средств физической культуры и спорта в процессе физкультурно-оздоровительных занятий;

- научные основы смежных наук (биологии, физиологии, теории и практики физической культуры и т.д.);

- содержание и направленность различных систем физических упражнений, их оздоровительную и развивающую направленность, эффективность.

Уметь: - в процессе занятий оздоровительной физической культурой учитывать индивидуальные физические, гендерные возрастные и психические особенности развития; - осуществлять самостоятельные занятия физическими упражнениями с общей развивающей, профессионально-прикладной и оздоровительной направленностью.

Владеть: - комплексами физических упражнений, направленных на укрепление здоровья, совершенствование двигательных действий и физических качеств; - способами определения дозирования физической нагрузки и выбора направленности физических упражнений; - приемами страховки и оказания первой медицинской помощи при выполнении физических упражнений.

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

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

Форма обучения	Количество часов		
	ОФ	ЗФ	ОЗФ
Курс 1/Семестр 1			
Всего часов	28		28
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий):			
Аудиторная работа			
Лекции			4
Лабораторные занятия			
Практические занятия	28		4
Внеаудиторная работа			
Индивидуальная работа с преподавателем:			
Консультация и иные виды учебной деятельности			
Самостоятельная работа			24
Форма промежуточной аттестации	зачет		зач
Курс 1/Семестр 2			
Всего часов	100	128	100
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий):			
Аудиторная работа			
Лекции			4
Лабораторные занятия			
Практические занятия	34	4	4
Внеаудиторная работа			
Индивидуальная работа с преподавателем:			
Консультация и иные виды учебной деятельности			
Самостоятельная работа	66	120	96
Форма промежуточной аттестации	зачет	зачет	зач
Курс 2/Семестр 3			



Форма обучения	Количество часов		
	ОФ	ЗФ	ОЗФ
Всего часов	100	200	100
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий):			
Аудиторная работа			
Лекции			4
Лабораторные занятия			
Практические занятия	34	4	4
Внеаудиторная работа			
Индивидуальная работа с преподавателем:			
Консультация и иные виды учебной деятельности			
Самостоятельная работа	66	192	96
Форма промежуточной аттестации	зачет	зачет	зач
Курс 2/Семестр 4			
Всего часов	100		100
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий):			
Аудиторная работа			
Лекции			4
Лабораторные занятия			
Практические занятия	34		4
Внеаудиторная работа			
Индивидуальная работа с преподавателем:			
Консультация и иные виды учебной деятельности			
Самостоятельная работа	66		96
Форма промежуточной аттестации	зачет		зач

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

4.1. Лекционные занятия

Раздел дисциплины, темы лекций и их содержание	Трудоемкость в часах		
	ОФ	ЗФ	ОЗФ
			16

4.2. Лабораторные занятия

Наименование работы	Трудоемкость в часах		
	ОФ	ЗФ	ОЗФ

4.3 Практические (семинарские) занятия

Курс 1/ Семестр 1

Тема занятия	Трудоемкость в часах		
	ОФ	ЗФ	ОЗФ
Модуль №1. Техника безопасности на занятиях.	2		1
Модуль №2. Общая физическая подготовка.	6		1



1496639210

Модуль №3. Специальная физическая подготовка.	6		1
Модуль №4. Техническая подготовка.	6		1
Модуль №5. Тактическая подготовка.	4		
Модуль №6. Интегральная подготовка.	4		
Всего	28		4

Курс 1/Семестр 2; Курс 2/Семестр 3

Тема занятия	Трудоемкость в часах		
	ОФ	ЗФ	ОЗФ
Модуль №1. Техника безопасности на занятиях.	2	1	1
Модуль №2. Общая физическая подготовка.	8	1	1
Модуль №3. Специальная физическая подготовка.	8		
Модуль №4. Техническая подготовка.	8	1	1
Модуль №5. Тактическая подготовка.	4	1	1
Модуль №6. Интегральная подготовка.	4		
Итого	34	4	4

Курс 2/Семестр 4

Тема занятия	Трудоемкость в часах		
	ОФ	ЗФ	ОЗФ
Модуль №1. Техника безопасности на занятиях.	2		1
Модуль №2. Общая физическая подготовка.	8		1
Модуль №3. Специальная физическая подготовка.	8		
Модуль №4. Техническая подготовка.	8		1
Модуль №5. Тактическая подготовка.	4		1
Модуль №6. Интегральная подготовка.	4		
Итого	34		4

4.4 Самостоятельная работа студента и перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Курс 1/Семестр 2

Вид СРС	Трудоемкость в часах		
	ОФ	ЗФ	ОЗФ
- подготовка к практическим занятиям и итоговым упражнениям с изучением основной и дополнительной литературы; - подготовка докладов, тезисов, рефератов; - аналитическое исследование какой-либо проблемы (по согласованию с педагогом); - составление комплексов оздоровительной гимнастики; - составление комплексов упражнений для развития отдельных групп мышц; - составление комплексов упражнений с предметами (скакалка, гимнастическая палка, гимнастическая скамья, резиновый амортизатор, гантели, обруч и пр.); - составление личного индивидуального плана оздоровительной гимнастики; - ведение дневника здоровья и самоконтроля за состоянием организма; - подбор различных упражнений для развития физических качеств: силы, ловкости, выносливости, быстроты, гибкости - выполнение подводящих упражнений для сдачи итоговых тестов.	66	120	96



Всего	66	120	96
-------	----	-----	----

Курс 2/Семестр 3

Вид СРС	Трудоемкость в часах		
	ОФ	ЗФ	ОЗФ
- подготовка к практическим занятиям и итоговым упражнениям с изучением основной и дополнительной литературы; - подготовка докладов, тезисов, рефератов; - аналитическое исследование какой-либо проблемы (по согласованию с педагогом); - составление комплексов оздоровительной гимнастики; - составление комплексов упражнений для развития отдельных групп мышц; - составление комплексов упражнений с предметами (скакалка, гимнастическая палка, гимнастическая скамья, резиновый амортизатор, гантели, обруч и пр.); - составление личного индивидуального плана оздоровительной гимнастики; - ведение дневника здоровья и самоконтроля за состоянием организма; - подбор различных упражнения для развития физических качеств: силы, ловкости, выносливости, быстроты, гибкости - выполнение подводящих упражнений для сдачи итоговых тестов.	66	192	96
Всего	66	192	96

Курс 2/Семестр 4

Вид СРС	Трудоемкость в часах		
	ОФ	ЗФ	ОЗФ
- подготовка к практическим занятиям и итоговым упражнениям с изучением основной и дополнительной литературы; - подготовка докладов, тезисов, рефератов; - аналитическое исследование какой-либо проблемы (по согласованию с педагогом); - составление комплексов оздоровительной гимнастики; - составление комплексов упражнений для развития отдельных групп мышц; - составление комплексов упражнений с предметами (скакалка, гимнастическая палка, гимнастическая скамья, резиновый амортизатор, гантели, обруч и пр.); - составление личного индивидуального плана оздоровительной гимнастики; - ведение дневника здоровья и самоконтроля за состоянием организма; - подбор различных упражнения для развития физических качеств: силы, ловкости, выносливости, быстроты, гибкости - выполнение подводящих упражнений для сдачи итоговых тестов.	66		96
Всего	66		96

4.5 Курсовое проектирование

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



5.1 Паспорт фонда оценочных средств

№ п/п	Контролируемые разделы	Код компетенции	Показатель (уровень) освоения	Форма контроля	Период оценивания	Шкала (уровень) освоения
1	Модуль № 1 . Техника безопасности на занятиях.	ОК-8	Знать: - цели и задачи общей физической подготовки и специальной подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки; - структуру подготовленности спортсмена: техническая, физическая, тактическая, психическая подготовка; - зоны и интенсивность физических нагрузок; - структуру и направленность учебно-тренировочного занятия; - современные популярные системы физических упражнений . Уметь: - использовать средства физической культуры для общей физической и специальной подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки; - самостоятельно выбирать виды спорта или систему физических упражнений для укрепления здоровья . Владеть: - средствами общей физической и специальной подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки; - методами самостоятельного выбора вида спорта или системы физических упражнений для укрепления здоровья.	тест	1 контрольная неделя	Максимальный (100 баллов) Средний (60 баллов) Минимальный (30 баллов)



2	Модуль № 2. ОК-8 Общая физическая подготовка.	Знать: - цели и задачи общей физической подготовки и специальной подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки; - структуру подготовленности спортсмена: техническая, физическая, тактическая, психическая подготовка; - зоны и интенсивность физических нагрузок; - структуру и направленность учебно-тренировочного занятия; - современные популярные системы физических упражнений. Уметь: - использовать средства физической культуры для общей физической и специальной подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки; - самостоятельно выбирать виды спорта или систему физических упражнений для укрепления здоровья. Владеть: - средствами общей физической и специальной подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки; - методами самостоятельного выбора вида спорта или системы физических упражнений для укрепления здоровья.	тест	1 контрольная неделя	Максимальный (100 баллов) Средний (60 баллов) Минимальный (30 баллов)
---	--	---	------	----------------------	---



1496639210

3	Модуль №3. ОК-8 Специальная физическая подготовка.	Знать: - цели и задачи общей физической подготовки и специальной подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки; - структуру подготовленности спортсмена: техническая, физическая, тактическая, психическая подготовка; - зоны и интенсивность физических нагрузок; - структуру и направленность учебно-тренировочного занятия; - современные популярные системы физических упражнений. Уметь: - использовать средства физической культуры для общей физической и специальной подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки; - самостоятельно выбирать виды спорта или систему физических упражнений для укрепления здоровья. Владеть: - средствами общей физической и специальной подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки; - методами самостоятельного выбора вида спорта или системы физических упражнений для укрепления здоровья.	контрольная работа	2 контрольная неделя	Максимальный (100 баллов) Средний (60 баллов) Минимальный (30 баллов)
---	---	---	--------------------	-------------------------	---



1496639210

4	Модуль №4. ОК-8 Техническая подготовка .	Знать: - цели и задачи общей физической подготовки и специальной подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки; - структуру подготовленности спортсмена: техническая, физическая, тактическая, психическая подготовка; - зоны и интенсивность физических нагрузок; - структуру и направленность учебно-тренировочного занятия; - современные популярные системы физических упражнений . Уметь: - использовать средства физической культуры для общей физической и специальной подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки; - самостоятельно выбирать виды спорта или систему физических упражнений для укрепления здоровья . Владеть: - средствами общей физической и специальной подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки; - методами самостоятельного выбора вида спорта или системы физических упражнений для укрепления здоровья.	контрольная работа	2 контрольная неделя	Максимальный (100 баллов) Средний (60 баллов) Минимальный (30 баллов)
---	---	---	--------------------	-------------------------	---



1496639210

5	Модуль № 5. ОК-8 Тактическая подготовка.	Знать: - цели и задачи общей физической подготовки и специальной подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки; - структуру подготовленности спортсмена: техническая, физическая, тактическая, психическая подготовка; - зоны и интенсивность физических нагрузок; - структуру и направленность учебно-тренировочного занятия; - современные популярные системы физических упражнений. Уметь: - использовать средства физической культуры для общей физической и специальной подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки; - самостоятельно выбирать виды спорта или систему физических упражнений для укрепления здоровья. Владеть: - средствами общей физической и специальной подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки; - методами самостоятельного выбора вида спорта или системы физических упражнений для укрепления здоровья.	реферат	3 контрольная неделя	Максимальный (100 баллов) Средний (60 баллов) Минимальный (30 баллов)
---	---	---	---------	-------------------------	---



1496639210

6	Модуль №6. ОК-8 Интегральная подготовка .	Знать: - цели и задачи общей физической подготовки и специальной подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки; - структуру подготовленности спортсмена: техническая, физическая, тактическая, психическая подготовка; - зоны и интенсивность физических нагрузок; - структуру и направленность учебно-тренировочного занятия; - современные популярные системы физических упражнений . Уметь: - использовать средства физической культуры для общей физической и специальной подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки; - самостоятельно выбирать виды спорта или систему физических упражнений для укрепления здоровья . Владеть: - средствами общей физической и специальной подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки; - методами самостоятельного выбора вида спорта или системы физических упражнений для укрепления здоровья.	реферат	3 контрольная неделя	Максимальный (100 баллов) Средний (60 баллов) Минимальный (30 баллов)
---	---	---	---------	----------------------------	---



1496639210

Промежуточная аттестация	ОК-8	Знать: - цели и задачи общей физической подготовки и специальной подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки; - структуру подготовленности спортсмена: техническая, физическая, тактическая, психическая подготовка; - зоны и интенсивность физических нагрузок; - структуру и направленность учебно-тренировочного занятия; - современные популярные системы физических упражнений. Уметь: - использовать средства физической культуры для общей физической и специальной подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки; - самостоятельно выбирать виды спорта или систему физических упражнений для укрепления здоровья. Владеть: - средствами общей физической и специальной подготовки в системе физического воспитания и спортивной тренировки; - методами самостоятельного выбора вида спорта или системы физических упражнений для укрепления здоровья.	зачет	1 семестр	Максимальный (5 баллов) Средний (4 баллов) Минимальный (3 балла)
--------------------------	------	---	-------	-----------	---

5.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

№ п / п	Вид спорта	Выполняемые упражнения	Контрольный норматив	Промежуточный контроль
1	Мини-футбол	1.Ведение мяча приставным шагом на расстояние 4 м попеременно левой и правой ногой. 2.Ведение мяча на расстояние 4 м лицом-спиной вперед попеременно левой и правой ногой.	30 сек	«зачтено»/ «не зачтено»
2	Пауэрлифтинг	1.Выполнение упражнения «жим лежа». 2.Выполнение упражнения «становая тяга».	кг	«зачтено»/ «не зачтено»



1496639210

3	Настольный теннис	1. Выполнение комбинации «треугольник» справа-слева в правый угол. 2. Выполнение комбинации «треугольник» справа-слева в левый угол.	10 раз	«зачтено»/ «не зачтено»
4	Баскетбол	1. Бег 20 м. 2. Челночный бег 2×40 сек	сек м	«зачтено»/ «не зачтено»
5	Волейбол	1. Техника выполнения приема мяча после подачи. 2. Техника выполнения подачи	кол. раз	«зачтено»/ «не зачтено»
6	Шахматы	1. Задача на мат в 2, 3 хода. 2. Задача на выигрыш фигуры.	сек	«зачтено»/ «не зачтено»
7	Легкая атлетика	1. Бег 100 м. 2. Кросс: 3 км для юношей и 2 км для девушек.	сек мин	«зачтено»/ «не зачтено»

5.2.1. Оценочные средства при текущей аттестации

Контрольная точка

5.2.2 Оценочные средства при промежуточной аттестации

Для ОФ: Курс 1/Семестр 1; Курс 1/Семестр 2; Курс 2/Семестр 3; Курс 2/Семестр 4 - Зачет

Для ЗФ: Курс 1/Семестр 2 - Зачет/4; Курс 2/Семестр 3 - Зачет/4

5.2.3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций

6 Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины "Элективные курсы по физической культуре и спорту (секции)"

6.1 Основная литература:

1. Козлов, С. Д. Организация и методика проведения занятий по физической подготовке в высших учебных заведениях [Электронный ресурс] : 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 : Издательство КузГТУ, 2011. – 42 с. 1 электрон. опт. диск (CD-ROM) – Доступна электронная версия: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=90536&type=utchposob:common>
2. Заплата, О. А. Физическая культура: методика проведения занятий по аэробике [Текст] : учебное пособие для студентов вузов / О. А. Заплата, М. Ю. Сковцова; ФГБОУ ВПО "Кузбас. гос. техн. ун-т им. Т. Ф. Горбачева". – Кемерово : Издательство КузГТУ, 2010. – 73 с. – Доступна электронная версия: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=90456&type=utchposob:common>
3. Сковцова, М. Ю. Методика проведения занятий по физической подготовке баскетболистов [Текст] : учебное пособие / М. Ю. Сковцова; ГОУ ВПО «Кузбас. гос. техн. ун-т». – Кемерово : Издательство КузГТУ, 2007. – 112 с. – Доступна электронная версия: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=90022&type=utchposob:common>
4. Сковцова, М. Ю. Подготовка высокорослых игроков в баскетболе [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов очной и заочной формы обучения всех специальностей / М. Ю. Сковцова, Н. А. Букреева; ФГБОУ ВПО «Кузбас. гос. техн. ун-т им. Т. Ф. Горбачева», Каф. физвоспитания. – Кемерово : Издательство КузГТУ, 2012. – 112 с. 1 электрон. опт. диск (CD-ROM) – Доступна электронная версия: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=90792&type=utchposob:common>
5. Сковцова, М. Ю. Спортивное питание [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов очной и заочной формы обучения всех специальностей и направлений / М. Ю. Сковцова; ФГБОУ ВПО «Кузбас. гос. техн. ун-т им. Т. Ф. Горбачева», Каф. физвоспитания. – Кемерово : Издательство КузГТУ, 2013. – 104 с. 1 электрон. опт. диск (CD-ROM) – Доступна электронная версия: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=90966&type=utchposob:common>



1496639210

6. Скворцова, М. Ю. Использование общеразвивающих упражнений в процессе физического воспитания в вузе [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов всех форм обучения всех специальностей / М. Ю. Скворцова, Т. С. Максимова, И. С. Быков ; ФГБОУ ВО «Кузбас. гос. техн. ун-т им. Т. Ф. Горбачева», Каф. физвоспитания. – Кемерово : Издательство КузГТУ, 2016. – 80 с. 1 электрон. опт. диск (CD-ROM) – Доступна электронная версия: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=91422&type=utchposob:common>
7. Борисов, Б. А. Лыжная подготовка в программе вуза [Текст] : 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. – Доступна электронная версия: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=90421&type=utchposob:common>

6.2 Дополнительная литература:

8. Мелешкова, Н. А. Валеология [Текст] : практикум по дисциплине / Н. А. Мелешкова, В. А. Дубчак, И. В. Ложина; ГОУ ВПО "Кузбас. гос. техн. ун-т". – Кемерово : Издательство КузГТУ, 2004. – 133 с. – Доступна электронная версия: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=90259&type=utchposob:common>

7. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

Официальный сайт Кузбасского государственного технического университета имени Т. Ф. Горбачева.

Режим доступа: www.kuzstu.ru.

Официальный сайт филиала КузГТУ в г. Белово <http://belovokyzgty.ru>

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

Формирование физической культуры и спорта является частью формирования общей и профессиональной культуры студента технического вуза. Дисциплина является обязательной для всех направлений подготовки бакалавров, а также выступает как средство укрепления здоровья, оптимизации физического и психофизиологического состояния студентов в процессе ее освоения. Большую роль в освоении дисциплины играет самостоятельная работа по поддержанию физических кондиций в течение всего срока обучения. Начинать изучение дисциплины необходимо с ознакомления с целями дисциплины и знаниями и умениями, приобретаемыми в процессе изучения. Далее следует работать над приобретением автоматизированных навыков по предлагаемым в рабочей программе различным видам физкультурно-оздоровительной деятельности. Все неясные вопросы по дисциплине студент может разрешить в течение практических занятий, проводимых по расписанию. При посещении практических занятий студент в обязательном порядке должен иметь при себе сменную спортивную форму и обувь. Достижение цели предусматривает решение воспитательных, образовательных, развивающих и оздоровительных задач, соответствующих требованиям государственного образовательного стандарта.

9 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине "Элективные курсы по физической культуре и спорту (секции)", включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Для изучения дисциплины может использоваться следующее программное обеспечение:

1. ESET Remote Administrator 6
2. Libre Office
3. Mozilla Firefox



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

Для самостоятельной работы обучающихся используется научно-техническая библиотека, компьютерный класс №209, оснащённые компьютерной техникой с подключением к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду филиала.

Помещение для занятия физической культурой и спортом (тренажерный зал) №2, оборудованное специальной мебелью, спортивным инвентарем, тренажёрами: беговые механические дорожки, велотренажёры, атлетические тренажёры с грифом и набором дисков.

Помещение в здании муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования детей «Детско-юношеская спортивная школа №1 города Белово», в том числе:

- спортивный зал: помещение № 2 площадью 71,4 кв.м.
- спортивный зал: помещение №20 площадью 256,7 кв.м.
- раздевалка: помещение № 8 площадью 9,7 кв.м.
- раздевалка: помещение № 9 площадью 15,6 кв.м.
- душ: помещение № 6 площадью 7,6 кв.м.
- душ: помещение № 10 площадью 7,5 кв.м.
- туалет: помещение № 4 площадью 1,7 кв.м.
- туалет: помещение № 11 площадью 1,7 кв.м.
- умывальник: помещение № 5 площадью 2,4 кв.м.
- умывальник: помещение № 12 площадью 2,2 кв.м.
- кабинет: помещение № 13 площадью 10,8 кв.м.
- коридор: помещение №1 площадью 98,4 кв.м.

11 Иные сведения и (или) материалы

В процессе преподавания дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» реализуется традиционная образовательная технология.

Список литературы по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре (секции)» по состоянию на 01.12.2017 г.

Основная литература:

1. Козлов, С. Д. Организация и методика проведения занятий по физической подготовке в высших учебных заведениях [Электронный ресурс] : 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 : Издательство КузГТУ, 2011. – 42 с.1 электрон. опт. диск (CD-ROM) – Доступна электронная версия: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=90536&type=utchiposob:common>
2. Заплата, О. А. Физическая культура: методика проведения занятий по аэробике [Текст] : учебное пособие для студентов вузов / О. А. Заплата, М. Ю. Сковцова; ФГБОУ ВПО "Кузбас. гос. техн. ун-т им Т. Ф. Горбачева". – Кемерово : Издательство КузГТУ, 2010. – 73 с. – Доступна электронная версия: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=90456&type=utchiposob:common>
3. Сковцова, М. Ю. Методика проведения занятий по физической подготовке баскетболистов [Текст] : учебное пособие / М. Ю. Сковцова; ГОУ ВПО «Кузбас. гос. техн. ун-т». – Кемерово : Издательство КузГТУ, 2007. – 112 с. – Доступна электронная версия: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=90022&type=utchiposob:common>
4. Сковцова, М. Ю. Подготовка высокорослых игроков в баскетболе [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов очной и заочной формы обучения всех специальностей / М. Ю. Сковцова, Н. А. Букреева; ФГБОУ ВПО «Кузбас. гос. техн. ун-т им. Т. Ф. Горбачева», Каф. физвоспитания. – Кемерово : Издательство КузГТУ, 2012. – 112 с.1 электрон. опт. диск (CD-ROM) – Доступна электронная версия: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=90792&type=utchiposob:common>
5. Сковцова, М. Ю. Спортивное питание [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов очной и заочной формы обучения всех специальностей и направлений / М. Ю. Сковцова; ФГБОУ ВПО «Кузбас. гос. техн. ун-т им. Т. Ф. Горбачева», Каф. физвоспитания. – Кемерово : Издательство КузГТУ, 2013. – 104 с.1 электрон. опт. диск (CD-ROM) – Доступна электронная версия: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=90966&type=utchiposob:common>
6. Сковцова, М. Ю. Использование общеразвивающих упражнений в процессе физического воспитания в вузе [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов всех форм обучения всех специальностей / М. Ю. Сковцова, Т. С. Максимова, И. С. Быков ; ФГБОУ ВО «Кузбас. гос. техн. ун-т им. Т. Ф. Горбачева», Каф. физвоспитания. – Кемерово : Издательство КузГТУ, 2016. – 80 с.1 электрон. опт. диск (CD-ROM) – Доступна электронная версия: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=91422&type=utchiposob:common>
7. Борисов, Б. А. Лыжная подготовка в программе вуза [Текст] : 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. – Доступна электронная версия: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=90421&type=utchiposob:common>

Дополнительная литература:

1. Мелешкова, Н. А. Валеология [Текст] : практикум по дисциплине / Н. А. Мелешкова, В. А. Дубчак, И. В. Лежнина; ГОУ ВПО "Кузбас. гос. техн. ун-т". – Кемерово : Издательство КузГТУ, 2004. – 133 с. – Доступна электронная версия: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=90259&type=utchiposob:common>



