

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце: **МИНИСТЕРСТВО ТРАНСПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

ФИО: Гаранин Максим Александрович **ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОГО ТРАНСПОРТА**

Должность: Ректор

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

Дата подписания: 01.09.2023 16:22:07

Уникальный программный ключ:

7708e3a47e66a8ee02711b298d7c78bd1e40bf88

ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛИ) ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

Элективные курсы по физической культуре и спорту Профессионально-прикладная физическая подготовка

рабочая программа дисциплины (модуля)

Специальность 23.05.03 ПОДВИЖНОЙ СОСТАВ ЖЕЛЕЗНЫХ ДОРОГ

Направленность (профиль) Электрический транспорт железных дорог

Квалификация **инженер путей сообщения**

Форма обучения **заочная**

Общая трудоемкость **0 ЗЕТ**

Виды контроля на курсах:

зачеты 1, 2, 3

Распределение часов дисциплины по курсам

| Курс | 1 | | 2 | | 3 | | Итого | |
|---------------------------------|------|------|------|------|------|------|-------|------|
| | УП | РП | УП | РП | УП | РП | | |
| Лекции | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 6 | 6 |
| Конт. ч. на аттест. в период ЭС | 0,25 | 0,25 | 0,25 | 0,25 | 0,25 | 0,25 | 0,75 | 0,75 |
| Итого ауд. | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 6 | 6 |
| Контактная работа | 2,25 | 2,25 | 2,25 | 2,25 | 2,25 | 2,25 | 6,75 | 6,75 |
| Сам. работа | 105 | 105 | 105 | 105 | 109 | 109 | 319 | 319 |
| Часы на контроль | 0,75 | 0,75 | 0,75 | 0,75 | 0,75 | 0,75 | 2,25 | 2,25 |
| Итого | 108 | 108 | 108 | 108 | 112 | 112 | 328 | 328 |

Программу составил(и):

к.п.н., доцент, Васельцова И.А.

Рабочая программа дисциплины

Элективные курсы по физической культуре и спорту Профессионально-прикладная физическая подготовка

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - специалитет по специальности 23.05.03
Подвижной состав железных дорог (приказ Минобрнауки России от 27.03.2018 г. № 215)

составлена на основании учебного плана: 23.05.03-23-2-ПСЖДэт.plz.plx

Специальность 23.05.03 ПОДВИЖНОЙ СОСТАВ ЖЕЛЕЗНЫХ ДОРОГ Направленность (профиль) Электрический
транспорт железных дорог

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Физическое воспитание и спорт

Зав. кафедрой *к.п.н., доцент Васельцова И.А.*

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

| | |
|-----|--|
| 1.1 | Основной целью освоения дисциплины для студента является: достижение общей физической подготовленности; формирование физической культуры личности, т.е. потребности и способности методически обоснованно и целенаправленно использовать средства физической культуры для обеспечения профессиональной психофизической надежности, что позволит выпускнику успешно работать в избранной сфере деятельности, а также обладать универсальными и специализированными компетенциями, необходимыми для самоутверждения, социальной мобильности и устойчивости на рынке труда. |
| 1.2 | Результативной характеристикой является освоение и самостоятельное воспроизведение студентами основных методов квалифицированного контроля, самоконтроля и коррекции функционального состояния организма человека в ходе его повседневной и будущей профессиональной деятельности. |

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

| | |
|-------------------|------------|
| Цикл (раздел) ОП: | Б1.В.17.01 |
|-------------------|------------|

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

УК-7.3 Соблюдает нормы здорового образа жизни, поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен

| | |
|------------|--|
| 3.1 | Знать: |
| 3.1.1 | - средства и методы физического воспитания, характеристики базовых видов спорта, формирующие показатели физической подготовленности.. |
| 3.2 | Уметь: |
| 3.2.1 | - выполнять изучаемые двигательные действия (физические упражнения и (или) комплексы физических упражнений) в соответствии с требованиями их практического применения и вариативно использовать их в зависимости от конкретных обстоятельств (готовности к повседневной и профессиональной деятельности) |
| 3.3 | Владеть: |
| 3.3.1 | - методиками применения средств физической культуры и отдельных видов спорта для организации занятий. |

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

| Код занятия | Наименование разделов и тем /вид занятия/ | Семестр / Курс | Часов | Примечание |
|-------------|---|----------------|-------|------------|
| | Раздел 1. История становления систем профессионально-прикладной физической подготовки в России | | | |
| 1.1 | Становление систем профессионально-прикладной физической подготовки в России /Лек/ | 1 | 2 | |
| 1.2 | Формирования научных элементов методологической основы профессионально-прикладной физической подготовки в России (П.Ф. Лесгафт, И.П. Павлов, И.М. Сеченов, К.Д. Ушинский). /Ср/ | 1 | 52 | |
| 1.3 | Научно-методические и естественно-научные основы профессионально-прикладной физической подготовки в советский период и современные направления развития. /Ср/ | 1 | 53 | |
| | Раздел 2. Контактные часы на аттестацию в период экзаменационных сессий | | | |
| 2.1 | зачет /КЭ/ | 1 | 0,25 | |
| | Раздел 3. Профессиографический анализ деятельности специалистов транспортной отрасли | | | |
| 3.1 | Профессионально - прикладные физические качества специалистов железнодорожного транспорта /Лек/ | 2 | 2 | |
| 3.2 | Профессиограмма (основные содержательные компоненты). Специфические особенности деятельности специалистов на железнодорожном транспорте. /Ср/ | 2 | 105 | |
| | Раздел 4. Контактные часы на аттестацию в период экзаменационных сессий | | | |
| 4.1 | зачет /КЭ/ | 2 | 0,25 | |
| | Раздел 5. Спортивные игры в профессионально-прикладной подготовке специалистов | | | |

| | | | | |
|-----|---|---|------|--|
| 5.1 | Классификация и группировка видов спорта и спортивных упражнений (А.Б. Гандельсман, К.М. Смирнов) для решения основных задач профессионально-прикладной физической подготовки. /Лек/ | 3 | 2 | |
| 5.2 | Игровые виды спорта (настольный теннис, футбол, волейбол, баскетбол): соревновательные и специальные подготовительные упражнения, применяемые в практике профессионально-прикладной физической подготовки. /Ср/ | 3 | 109 | |
| | Раздел 6. Контактные часы на аттестацию в период экзаменационных сессий | | | |
| 6.1 | Зачет /КЭ/ | 3 | 0,25 | |

5. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации обучающихся приведены в приложении к рабочей программе дисциплины.

Формы и виды текущего контроля по дисциплине (модулю), виды заданий, критерии их оценивания, распределение баллов по видам текущего контроля разрабатываются преподавателем дисциплины с учетом ее специфики и доводятся до сведения обучающихся на первом учебном занятии.

Текущий контроль успеваемости осуществляется преподавателем дисциплины (модуля), как правило, с использованием ЭИОС или путем проверки письменных работ, предусмотренных рабочими программами дисциплин в рамках контактной работы и самостоятельной работы обучающихся. Для фиксирования результатов текущего контроля может использоваться ЭИОС.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Эл. адрес |
|------|-------------------------------------|--|---------------------------|---|
| Л1.1 | Письменский И. А., Аллянов Ю. Н. | Физическая культура: Учебник для вузов | Москва: Юрайт, 2020 | https://urait.ru/bcode/450 |

6.1.2. Дополнительная литература

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Эл. адрес |
|------|------------------------------------|--|---------------------------|---|
| Л2.1 | Стриханов М. Н., Савинков В. И. | Физическая культура и спорт в вузах: Учебное пособие | Москва: Юрайт, 2020 | https://urait.ru/bcode/454 |

6.2 Информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю)

6.2.1 Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения

| | |
|---------|-----------------------|
| 6.2.1.1 | Microsoft Office 2010 |
| 6.2.1.2 | Microsoft Office 2013 |

6.2.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

| | |
|---------|---|
| 6.2.2.1 | Профессиональные базы данных: |
| 6.2.2.2 | База статистических данных по развитию физической культуры и спорта в РФ - |
| 6.2.2.3 | https://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/statisticheskaya-inf/ |
| 6.2.2.4 | Всероссийский физкультурно-оздоровительный комплекс ГТО: https://www.gto.ru/ |
| 6.2.2.5 | Информационные справочные системы: |
| 6.2.2.6 | Информационно-правовой портал Гарант http://www.garant.ru |
| 6.2.2.7 | Информационно справочная система Консультант плюс http://www.consultant.ru |

| 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) | |
|---|---|
| 7.1 | 1. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, укомплектованные специализированной мебелью и техническими средствами обучения: мультимедийное оборудование для предоставления учебной информации большой аудитории и/или звукоусиливающее оборудование (стационарное или переносное). |
| 7.2 | 2. Учебные аудитории для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованные специализированной мебелью и техническими средствами обучения: мультимедийное оборудование и/или звукоусиливающее оборудование (стационарное или переносное) |
| 7.3 | 3. Помещения для самостоятельной работы, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета. |