

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования



**Пермский национальный исследовательский  
политехнический университет**

**УТВЕРЖДАЮ**

Проректор по образовательной  
деятельности

 А.Б. Петроченков

« 29 » июля 20 24 г.

### **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Дисциплина:** Прикладная физическая культура - элективные модули  
дисциплины по видам спорта  
\_\_\_\_\_  
(наименование)

**Форма обучения:** очная  
\_\_\_\_\_  
(очная/очно-заочная/заочная)

**Уровень высшего образования:** специалитет  
\_\_\_\_\_  
(бакалавриат/специалитет/магистратура)

**Общая трудоёмкость:** 328 (9)  
\_\_\_\_\_  
(часы (ЗЕ))

**Направление подготовки:** 24.05.02 Проектирование авиационных и ракетных  
двигателей  
\_\_\_\_\_  
(код и наименование направления)

**Направленность:** Гидравлические машины и гидропневмоагрегаты двигателей  
летательных аппаратов  
\_\_\_\_\_  
(наименование образовательной программы)

## 1. Общие положения

### 1.1. Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины – формирование способности специально направленного и избирательного использования средств физической культуры, спорта для психофизической подготовки и самоподготовки к определенной профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- формирование системы 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;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения профессиональных и жизненных целей;
- воспитание прикладных психофизических и специальных качеств необходимых в условиях профессиональной деятельности.

### 1.2. Изучаемые объекты дисциплины

прикладные физические упражнения и отдельные элементы различных видов спорта;  
- прикладные виды спорта

### 1.3. Входные требования

Не предусмотрены

## 2. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Компетенция	Индекс индикатора	Планируемые результаты обучения по дисциплине (знать, уметь, владеть)	Индикатор достижения компетенции, с которым соотнесены планируемые результаты обучения	Средства оценки
УК-7	ИД-1УК-7	Знает уровень требований и принципы оценки уровня физической подготовленности для социальной и профессиональной работы; пути и методы повышения уровня физического развития человека.	Знает уровень требований и принципы оценки уровня физической подготовленности для социальной и профессиональной работы; пути и методы повышения уровня физического развития человека	Зачет

Компетенция	Индекс индикатора	Планируемые результаты обучения по дисциплине (знать, уметь, владеть)	Индикатор достижения компетенции, с которым соотнесены планируемые результаты обучения	Средства оценки
УК-7	ИД-2УК-7	Умеет проводить оценку уровня физической подготовленности для последующей профессиональной деятельности; контролировать состояние своего физического развития и управлять этим состоянием.	Умеет проводить оценку уровня физической подготовленности для последующей профессиональной деятельности; контролировать состояние своего физического развития и управлять этим состоянием	Зачет
УК-7	ИД-3УК-7	Владеет навыками оценки, контроля и управления состоянием физического развития; определения достаточного (комфортного) состояния для полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Владеет навыками оценки, контроля и управления состоянием физического развития; определения достаточного (комфортного) состояния для полноценной социальной и профессиональной деятельности	Зачет

### 3. Объем и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах					
		Номер семестра					
		1	2	3	4	5	6
1. Проведение учебных занятий (включая проведение текущего контроля успеваемости) в форме:	328	36	72	36	72	56	56
1.1. Контактная аудиторная работа, из них:							
- лекции (Л)							
- лабораторные работы (ЛР)							
- практические занятия, семинары и (или) другие виды занятий семинарского типа (ПЗ)	316	34	70	34	70	54	54
- контроль самостоятельной работы (КСР)	12	2	2	2	2	2	2
- контрольная работа							
1.2. Самостоятельная работа студентов (СРС)							
2. Промежуточная аттестация							
Экзамен							
Дифференцированный зачет							
Зачет	54	9	9	9	9	9	9
Курсовой проект (КП)							
Курсовая работа (КР)							
Общая трудоемкость дисциплины	328	36	72	36	72	56	56

#### 4. Содержание дисциплины

Наименование разделов дисциплины с кратким содержанием	Объем аудиторных занятий по видам в часах			Объем внеаудиторных занятий по видам в часах
	Л	ЛР	ПЗ	СРС
<b>1-й семестр</b>				
Общефизическая подготовка	0	0	34	0
Методы оценки и развития общей выносливости. Методы оценки и развития скоростных способностей. Методы оценки и развития силовых способностей. Методы оценки и развития гибкости.				
<b>ИТОГО по 1-му семестру</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>34</b>	<b>0</b>
<b>2-й семестр</b>				
Занятия по видам спорта	0	0	70	0
Специальная физическая подготовка. Обучение технике вида спорта. Обучение тактике вида спорта. Соревновательная практика. Судейская практика.				
<b>ИТОГО по 2-му семестру</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>70</b>	<b>0</b>
<b>3-й семестр</b>				
Занятия по видам спорта	0	0	34	0
Специальная физическая подготовка. Обучение технике вида спорта. Обучение тактике вида спорта. Соревновательная практика. Судейская практика.				
<b>ИТОГО по 3-му семестру</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>34</b>	<b>0</b>
<b>4-й семестр</b>				
Занятия по видам спорта	0	0	70	0
Специальная физическая подготовка. Обучение технике вида спорта. Обучение тактике вида спорта. Соревновательная практика. Судейская практика.				
<b>ИТОГО по 4-му семестру</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>70</b>	<b>0</b>
<b>5-й семестр</b>				
Занятия по видам спорта	0	0	54	0
Специальная физическая подготовка. Обучение технике вида спорта. Обучение тактике вида спорта. Соревновательная практика. Судейская практика.				
<b>ИТОГО по 5-му семестру</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>54</b>	<b>0</b>
<b>6-й семестр</b>				
Занятия по видам спорта	0	0	54	0
Специальная физическая подготовка. Обучение технике вида спорта. Обучение тактике вида спорта. Соревновательная практика. Судейская практика.				

Наименование разделов дисциплины с кратким содержанием	Объем аудиторных занятий по видам в часах			Объем внеаудиторных занятий по видам в часах
	Л	ЛР	ПЗ	СРС
ИТОГО по 6-му семестру	0	0	54	0
ИТОГО по дисциплине	0	0	316	0

### Тематика примерных практических занятий

№ п.п.	Наименование темы практического (семинарского) занятия
1	Практические занятия по видам спорта.

## 5. Организационно-педагогические условия

### 5.1. Образовательные технологии, используемые для формирования компетенций

<p>Проведение лекционных занятий по дисциплине основывается на активном методе обучения, при котором учащиеся не пассивные слушатели, а активные участники занятия, отвечающие на вопросы преподавателя. Вопросы преподавателя нацелены на активизацию процессов усвоения материала, а также на развитие логического мышления. Преподаватель заранее намечает список вопросов, стимулирующих ассоциативное мышление и установление связей с ранее освоенным материалом.</p> <p>Практические занятия проводятся на основе реализации метода обучения действием: определяются проблемные области, формируются группы. При проведении практических занятий преследуются следующие цели: применение знаний отдельных дисциплин и креативных методов для решения проблем и принятия решений; отработка у обучающихся навыков командной работы, межличностных коммуникаций и развитие лидерских качеств; закрепление основ теоретических знаний.</p> <p>Проведение лабораторных занятий основывается на интерактивном методе обучения, при котором обучающиеся взаимодействуют не только с преподавателем, но и друг с другом. При этом доминирует активность учащихся в процессе обучения. Место преподавателя в интерактивных занятиях сводится к направлению деятельности обучающихся на достижение целей занятия.</p> <p>При проведении учебных занятий используются интерактивные лекции, групповые дискуссии, ролевые игры, тренинги и анализ ситуаций и имитационных моделей.</p>
--

### 5.2. Методические указания для обучающихся по изучению дисциплины

<p>При изучении дисциплины обучающимся целесообразно выполнять следующие рекомендации:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Изучение учебной дисциплины должно вестись систематически.</li> <li>2. После изучения какого-либо раздела по учебнику или конспектным материалам рекомендуется по памяти воспроизвести основные термины, определения, понятия раздела.</li> <li>3. Особое внимание следует уделить выполнению отчетов по практическим занятиям, лабораторным работам и индивидуальным комплексным заданиям на самостоятельную работу.</li> <li>4. Вся тематика вопросов, изучаемых самостоятельно, задается на лекциях преподавателем. Им же даются источники (в первую очередь вновь изданные в периодической научной литературе) для более детального понимания вопросов, озвученных на лекции.</li> </ol>
---

## 6. Перечень учебно-методического и информационного обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

### 6.1. Печатная учебно-методическая литература

№ п/п	Библиографическое описание (автор, заглавие, вид издания, место, издательство, год издания, количество страниц)	Количество экземпляров в библиотеке
<b>1. Основная литература</b>		
1	Артамонова Л. Л., Панфилов О. П., Борисова В. В. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура : учебное пособие для студентов вузов. Москва : ВЛАДОС, 2014. 389 с. 24,5 усл. печ. л.	5
2	Ильинич В. И. Физическая культура студента и жизнь : учебник для вузов. Москва : Гардарики, 2008. 366 с.	30
3	Паначев В. Д. Профессионально-прикладная физическая культура студентов технического университета : учебное пособие. Пермь : ПГТУ, 2010. 96 с.	20
<b>2. Дополнительная литература</b>		
<b>2.1. Учебные и научные издания</b>		
1	Бадминтон и теннис : учебное пособие / Паначев В. Д., Агишев А. И., Колчин Ю. И., Яковлев С. В. Пермь : ПГТУ, 2011. 165 с.	17
2	Голощапов Б. Р. История физической культуры и спорта : учебное пособие для вузов. 4-е изд., испр. Москва : Академия, 2007. 312 с.	3
3	Паначев В. Д., Сырчиков А. С., Лопатина А. Б. Социально-биологические основы физической культуры и спорта : учебное пособие. Пермь : ПГТУ, 2010. 162 с.	19
<b>2.2. Периодические издания</b>		
	Не используется	
<b>2.3. Нормативно-технические издания</b>		
	Не используется	
<b>3. Методические указания для студентов по освоению дисциплины</b>		
	Не используется	
<b>4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента</b>		
	Не используется	

### 6.2. Электронная учебно-методическая литература

Вид литературы	Наименование разработки	Ссылка на информационный ресурс	Доступность (сеть Интернет / локальная сеть; авторизованный / свободный доступ)
Дополнительная литература	Министерство спорта Российской Федерации [Электронный ресурс].	<a href="http://www.minsport.gov.ru/ministry">http://www.minsport.gov.ru/ministry</a>	сеть Интернет; свободный доступ

Вид литературы	Наименование разработки	Ссылка на информационный ресурс	Доступность (сеть Интернет / локальная сеть; авторизованный / свободный доступ)
Дополнительная литература	Физкультура и спорт [Электронный ресурс] : журнал	<a href="http://www.fismag.ru">http://www.fismag.ru</a>	сеть Интернет; свободный доступ

### 6.3. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, используемое при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

Вид ПО	Наименование ПО
Операционные системы	Windows 10 (подп. Azure Dev Tools for Teaching)
Офисные приложения.	Microsoft Office Professional 2007. лиц. 42661567
Прикладное программное обеспечение общего назначения	Dr.Web Enterprise Security Suite, 3000 лиц, ПНИПУ ОЦНИТ 2017

### 6.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

Наименование	Ссылка на информационный ресурс
Научная библиотека Пермского национального исследовательского политехнического университета	<a href="https://elib.pstu.ru/">https://elib.pstu.ru/</a>
Электронно-библиотечная система Лань	<a href="https://e.lanbook.com/">https://e.lanbook.com/</a>
Электронно-библиотечная система IPRsmart	<a href="http://www.iprbookshop.ru/">http://www.iprbookshop.ru/</a>
Информационные ресурсы Сети КонсультантПлюс	локальная сеть

### 7. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине

Вид занятий	Наименование необходимого основного оборудования и технических средств обучения	Количество единиц
Практическое занятие	Бассейн	1
Практическое занятие	Универсальный спортивный зал	1

### 8. Фонд оценочных средств дисциплины

Описан в отдельном документе
------------------------------