

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Старченко Ирина Борисовна
Должность: Директор
Дата подписания: 07.10.2026 12:29:57
Уникальный программный ключ:
c8be87237f3aebbe4ddac4e906cd92127f3e8f0d3



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)
ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОНСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
В Г. ТАГАНРОГЕ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
(ПИ (филиал) ДГТУ в г. Таганроге)

УТВЕРЖДАЮ

Документ подписан простой электронной подписью
ФИО: Старченко Ирина Борисовна
Должность: И.о. директора
Дата подписания: 28.05.2024 16:05:52
Уникальный программный ключ:
6385544d8b4efae4418758a0e10c0ac973f45ab0

Физическая культура и спорт
рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за подразделением	Кафедра "Гуманитарные и социально-экономические науки"
Направление подготовки	22.03.02 Металлургия
Направленность (профиль)	22.03.02 Организация процессов производства высокопрочных труб со специальными свойствами и соединениями
Год начала подготовки	2024
Форма обучения	очная
Общая трудоемкость	2 ЗЕТ
Часов по учебному плану	72
Виды контроля в семестрах: Зачет 1	

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.&b><Семестр на курсе>)	1 (1.1)		Итого	
Неделя	17			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	8	8	8	8
Практические	28	28	28	28
Контроль самостоятельной работы	2	2	2	2
Иная контактная работа	0,2	0,2	0,2	0,2
Итого ауд.	36	36	36	36
Контактная работа	38,2	38,2	38,2	38,2
Сам. работа	33,8	33,8	33,8	33,8
Итого	72	72	72	72

Рабочая программа составлена:

Доцент, кандидат педагогических наук _____

Борисова А. А.

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Физическая культура и спорт

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 22.03.02 Metallurgy (приказ Минобрнауки России от 02.06.2020 г. № 702)

составлена на основании учебного плана по направлению подготовки (специальности) : 22.03.02 Metallurgy, направленность (профиль): Организация процессов производства высокопрочных труб со специальными свойствами и соединениями

утвержденного Учёным советом вуза от 25.04.2024 протокол № 9.

Рабочая программа одобрена на заседании подразделения "Кафедра "Гуманитарные и социально-экономические науки""

Протокол от ____ 2024 г. № ____

Руководитель учебно-научного подразделения, ответственного за реализацию дисциплины (модуля) "Кафедра "Гуманитарные и социально-экономические науки"":

Заведующий кафедрой _____

Борисова Анна Анатольевна

Руководитель учебно-научного подразделения, ответственного за реализацию ОПОП "Кафедра "Технологии производства стали и сплавов"":

Заведующий кафедрой _____

Билан Сергей Иванович

Рассмотрены и одобрены на заседании научно-методического совета по УГСН
22.00.00 ТЕХНОЛОГИИ МАТЕРИАЛОВ

Протокол от ____ г. № ____

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Целью дисциплины «Физическая культура и спорт» для обучающихся основной группы здоровья и специальной медицинской группы 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 человека к будущей жизни и профессиональной деятельности с учетом различных двигательных действий.
-----	--

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Комплекс знаний и умений на уровне среднего общего образования.
2.2	Дисциплины (модули) и иные компоненты, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Безопасность жизнедеятельности

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ, СООТНЕСЕННЫЕ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОПОП

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

УК-7.1 : Поддерживает должный уровень физической подготовки средствами и методами физической культуры

Знать:	
Уровень 1	Основы физического воспитания и здорового образа жизни.
Уровень 2	Основы построения занятия, характеристику основных физических качеств человека.
Уровень 3	Знает двигательной активности на укрепление здоровья.
Уметь:	
Уровень 1	Индивидуально подбирать комплексы упражнений физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности.
Уровень 2	Проводить самоконтроль при занятиях физическими упражнениями
Уровень 3	Составлять комплексы физических упражнений для поддержания должного уровня работоспособности
Владеть:	
Уровень 1	Навыками анализа уровней и показателей собственного здоровья.
Уровень 2	Навыками физической культуры и спорта
Уровень 3	Способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности с использованием средств и методов физической культуры и спорта

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен

3.1	Знать:
3.1.1	Роль и значение физической культуры в формировании здорового образа жизни; Основы построения занятия, характеристику основных физических качеств человека; Влияние двигательной активности на укрепление здоровья.
3.2	Уметь:
3.2.1	Рационально использовать резервы организма при выполнении бега, прыжковых и других упражнений; Проводить самоконтроль при занятиях физическими упражнениями; Составлять комплексы физических упражнений для поддержания должного уровня работоспособности.
3.3	Владеть:
3.3.1	Анализом уровня и показателей собственного здоровья; Навыками физической культуры и спорта; Способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности с использованием средств и методов физической культуры и спорта.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Распределение часов	Уровень сформированности	Литература
1	2	3	4	5	6
1	Раздел 1. Лекции 1 курс 1 сем-р				

1.1	Физическая культура и спорт в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Система физического воспитания в Российской Федерации. Спорт. /Лек/	1	2	УК-7.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12
1.2	Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания. Основы методики организации самостоятельной работы при занятиях физической культурой. /Лек/	1	2	УК-7.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э12
1.3	Влияние физических упражнений на организм человека. Средства физической культуры в регулировании работоспособности. /Лек/	1	2	УК-7.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э12
1.4	Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. /Лек/	1	2	УК-7.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э12
2	Раздел 2. Практические занятия 1 курс 1 семестр				
2.1	ФКиС - Для основной группы здоровья: Меры безопасности и профилактики травматизма при выполнении физических упражнений. Умения оказания первой доврачебной помощи. Воспитание физических качеств и развитие двигательных способностей. Обучение основным двигательным действиям при занятиях физической культурой и спортом для обучающихся основной группы здоровья. ФКиС - Для специальной медицинской группы: Меры безопасности и профилактики травматизма при выполнении физических упражнений. Умения оказания первой доврачебной помощи. Воспитание физических качеств и развитие двигательных способностей. Обучение основным двигательным действиям с учетом спецмедгруппы. /Пр/	1	8	УК-7.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12
2.2	ФКиС - Для основной группы здоровья: Основы методики составления комплекса физических упражнений. Общая и специальная физическая подготовка. Методы самоконтроля функционального состояния организма при занятиях физической культурой и спортом для обучающихся основной группы здоровья. ФКиС - Для специальной медицинской группы: Основы методики составления комплекса физических упражнений. Общая и специальная физическая подготовка. Методы самоконтроля функционального состояния организма при занятиях с учетом спецмедгруппы. /Пр/	1	8	УК-7.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12

2.3	ФКиС - Для основной группы здоровья: Общая и специальная физическая подготовка с учетом индивидуального физического развития. Комплексное воспитание физических качеств и развитие координационных способностей. Обучение основным двигательным действиям при занятиях физической культурой и спортом для обучающихся основной группы здоровья. ФКиС - Для специальной медицинской группы: Общая и специальная физическая подготовка с учетом индивидуального физического развития. Комплексное воспитание физических качеств и развитие координационных способностей. Обучение основным двигательным действиям с учетом спецмедгруппы. /Пр/	1	8	УК-7.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12
2.4	ФКиС - Для основной группы здоровья: Подготовка к выполнению норм ВФСК ГТО в соответствии с индивидуальными возможностями. Обучение простейшим приемам самодиагностики. Упражнения для обеспечения жизнедеятельности при занятиях физической культурой и спортом для обучающихся основной группы здоровья. ФКиС - Для специальной медицинской группы: Подготовка к выполнению нормативов ВФСК ГТО в соответствии с индивидуальными возможностями. Обучение простейшим приемам самодиагностики. Упражнения для обеспечения жизнедеятельности с учетом спецмедгруппы. /Пр/	1	4	УК-7.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12
3	Раздел 3. Самостоятельная работа				
3.1	Интенсивные самостоятельные занятия в спортивных, тренажерных и плавательных залах или на открытом воздухе, кружках по шахматам, спортивным играм, фитнесу, атлетической гимнастике, туризму и спортивному ориентированию, в группах здоровья и общей физической подготовки, участие в спортивных мероприятиях. /Ср/	1	33,8	УК-7.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12
4	Раздел 4. ИКР				
4.1	Прием зачета /ИКР/	1	0,2	УК-7.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8 Э9 Э10 Э11 Э12

5. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ (ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА)

5.1. Контрольные вопросы и задания

Контрольные вопросы и задания прилагаются

5.2. Темы письменных работ				
Темы письменных работ прилагаются				
5.3. Оценочные материалы (оценочные средства)				
Прилагаются				
5.4. Перечень видов оценочных средств				
Тесты для оценки уровня физической подготовленности, темы докладов, вопросы для проведения промежуточной аттестации.				

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)				
6.1. Рекомендуемая литература				
6.1.1. Основная литература				
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Количество
Л1.1	Быченков С. В., Курбатов А. В., Сафонов А. А.	Теория и организация физической культуры в вузах: Учебно-методическое пособие	Саратов: Вузовское образование, 2025	ЭБС
Л1.2	Дзержинская Л. Б., Плешакова О. И.	Физическая культура в системе общего и профессионального образования: учебно-методическое пособие	Волгоградская государственная академия физической культуры, 2021	ЭБС
Л1.3	Кикоть В. Я. , И. С. Барчуков, Ю. Н. Назаров	Физическая культура и физическая подготовка: учебник	Москва: Юнити-Дана, 2020, 2020	ЭБС
6.1.2. Дополнительная литература				
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Количество
Л2.1	Зюкин А. В. , Кукарев В. С., Дитятин А. Н.	Физическая культура и спорт: учебное пособие	Санкт-Петербург : Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена (РГПУ),, 2019	ЭБС
Л2.2	Мельничук А.А., Приходов Д.С., Мартиросова Т.А.	ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА СО СПОРТИВНО-ВИДОВОЙ НАПРАВЛЕННОСТЬЮ В ВУЗЕ: ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА: УЧЕБНОЕ ПОСОБИЕ	Сибирский государственный университет науки и технологий имени академика М.Ф. Решетнева, 2020	ЭБС
6.1.3. Методические разработки				
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Количество
Л3.1	Сапожникова, А.Г.	Руководство для преподавателей по организации и планированию различных видов занятий и самостоятельной работы обучающихся Донского государственного технического университета : методические указания	Ростов-на-Дону, ДГТУ, 2022	ЭБС
6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"				
Э1	Немцева Е.В., Бровашова О.Ю., Клепиков И.Г. Методические рекомендации для проведения занятий по плаванию//Ростов-н/Д, 2017г., http://de.donstu.ru/CDOCourses/d2d0986b-1da0-4853-990e-67e9ef9796b5/3341/993/3189.pdf			
Э2	Рыжкин Н.В., Немцева Е.В., Бровашова О.Ю., Степичева Н.В. Методические рекомендации для проведения занятий в специальных медицинских группах//Ростов-н/Д, 2018г., http://de.donstu.ru/CDOCourses/d2d0986b-1da0-4853-990e-67e9ef9796b5/4196/5250/4059.pdf			
Э3	Рыжкин Н.В., Немцева Е.В., Иванова А.А., Бровашова О.Ю., Тумасян Т.И. Методические рекомендации для выполнения нормативов ГТО//Ростов-н/Д, 2018г. http://de.donstu.ru/CDOCourses/d2d0986b-1da0-4853-990e-67e9ef9796b5/4414/993/4261.pdf			
Э4	Немцева Е.В., Хильчевская И.В., Методические рекомендации для проведения занятий по баскетболу//Ростов-н/Д, 2017г., http://de.donstu.ru/CDOCourses/d2d0986b-1da0-4853-990e-67e9ef9796b5/3338/994/3187.pdf			
Э5	Рыжкин Н.В., Немцева Е.В., Бровашова О.Ю., Тумасян Т.И., Коробов И.А. Методические рекомендации для проведения занятий по волейболу//Ростов-н/Д, 2018г., http://de.donstu.ru/CDOCourses/d2d0986b-1da0-4853-990e-67e9ef9796b5/3340/993/3188.pdf			
Э6	Рыжкин Н.В., Корчагин П.П., Сопрунов Н.И., Методические рекомендации для проведения занятий по мини-футболу//Ростов-н/Д, 2017г. http://de.donstu.ru/CDOCourses/d2d0986b-1da0-4853-990e-67e9ef9796b5/3342/993/3190.pdf			

Э7	Рыжкин Н.В., Немцева Е.В., Бровашова О.Ю. Лекционный курс//Ростов-н/Д, 2017г., http://de.donstu.ru/CDOCourses/acdbfb4d-aaf7-4899-a03c-d564356125b8/3343/993/3192.pdf
Э8	Рыжкин Н.В., Немцева Е.В., Иванова А.А., Бровашова О.Ю., Тумасян Т.И., Савченко Ю.А. Методические рекомендации для проведения занятий по ОФП//Ростов-н/Д, 2018г., http://de.donstu.ru/CDOCourses/acdbfb4d-aaf7-4899-a03c-d564356125b8/3339/994/3191.pdf
Э9	Научная электронная библиотека //elibrary.ru
Э10	Методические рекомендации по организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в образовательных организациях высшего образования, в том числе оснащённости образовательного процесса (утв. Министерством образования и науки РФ 8 апреля 2014 г. N АК-44/05вн)
Э11	паралимпийский комитет России официальный сайт
Э12	Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ
6.3 Перечень информационных технологий	
6.3.1 Перечень программного обеспечения	
6.3.1.1	1С: Предприятие
6.3.1.2	7-Zip
6.3.1.3	Справочная правовая система (СПС) КонсультантПлюс
6.3.2 Перечень информационных справочных систем, профессиональные базы данных	
6.3.2.1	http://www.consultant.ru/ - СПС "Консультант Плюс"
6.3.2.2	http://e.lanbook.com - ЭБС «Лань»
6.3.2.3	http://www.biblioclub.ru - ЭБС «Университетская библиотека online»
6.3.2.4	www.znaniy.com - ЭБС «ZNANIUM.COM»
6.3.2.5	http://ntb.donstu.ru/ - Электронно-библиотечная система НТБ ДГТУ
6.3.2.6	http://elibrary.ru/ - Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Специальные помещения представляют собой учебные аудитории для проведения всех занятий по дисциплине, предусмотренных учебным планом и содержанием РПД. Помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения согласно требованиям ФГОС, в т.ч.:

7.1	Спортивная инфраструктура, обеспечивающая проведение практических занятий, в том числе, текущего контроля и промежуточной аттестации, групповых и индивидуальных консультаций. Универсальный спортивный зал. Тренажерный зал
7.2	Тренировочные залы, баскетбольные, футбольные, волейбольные мячи; щиты, ворота, корзины, сетки, стойки, антенны; сетки для игры в бадминтон, ракетки для игры в бадминтон, оборудование для силовых упражнений (гантели, утяжелители, резина, штанги с комплектом различных отягощений, бодибары); оборудование для занятий аэробикой (скакалки, гимнастические коврики), гимнастическая перекладина, шведская стенка, секундомеры, мячи для тенниса, дорожка резиновая разметочная для прыжков и метания.
7.3	Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины прилагаются к рабочей программе.