# Государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования Московской области «Университет «Дубна» (государственный университет «Дубна»)

Филиал «Протвино» Кафедра «Общеобразовательные дисциплины»

образова; ТВЕРЖДАЮ

област Тирктор

Филиал

"Протвино"

"Протвино"

"Дерего област Тирктор

Филиал

"Протвино"

"

# Рабочая программа дисциплины (модуля)

# Физическая культура и спорт

наименование дисциплины (модуля)

# Направление подготовки (специальность) 15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств

код и наименование направления подготовки (специальности)

# Уровень высшего образования бакалавриат

бакалавриат, магистратура, специалитет

Направленность (профиль) программы (специализация) «Автоматизация технологических процессов и производств»

Форма обучения очная

очная, очно-заочная, заочная

Протвино, 2021

Преподаватель (преподаватели):		A
Ардашева М.Е., доцент, к.п.н., кафедра общеобра	зовательных дисциплин	Spa
Фамилия И.О., должность, ученая степень, ученое звание,		
	5 *F00 P0	
Рабочая программа разработана в соответствии с		по направлению
подготовки (специальности) высшего образовани		
15.03.04 Автоматизация технологических процес		
(код и наименование направления	подготовки (специальности)	
Программа рассмотрена на заседании кафедры об	битеобразовательных лиси	иплин
**	(название кафедры)	
Протокол заседания № 1 от « 14 » сентября	2021 г.	
Протокол заседания № 1 от « 14 » сентяоря	20211.	
Заведующий кафедрой	Сытин А.Н.	
(Фамилия И.О., подпись)		
СОГЛАСОВАНО		
Заведующий кафедрой АТПиП	/ <u>Маков П.В.</u> /	
	фамилия, имя, отчество)	
	2.	

(Ф.И.О., ученая степень, ученое звание, место работы, должность)

# Оглавление

1 Цели и задачи освоения дисциплины (модуля)	4
2 Объекты профессиональной деятельности при изучении дисциплины (модуля)	4
3 Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП	4
4 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), соотнесенные с	
планируемыми результатами освоения образовательной программы	
(компетенциями выпускников)	4
5 Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества	
академических или астрономических часов, выделенных на контактную работу	
обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную	
работу обучающихся	6
6 Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с	
указанием отведенного на них количества академических или астрономических	
часов и виды учебных занятий	6
7 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы	
обучающихся по дисциплине (модулю) и методические указания для обучающихся	
по освоению дисциплины (модулю)	8
8 Применяемые образовательные технологии для различных видов учебных занятий	Й
и для контроля освоения обучающимися запланированных результатов обучения	8
9 Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине (модулю):	9
10 Ресурсное обеспечение1	8
11 Язык преподавания1	9

#### 1 Цели и задачи освоения дисциплины (модуля)

Целью курса «Физическая культура и спорт» является развитие 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.

В ходе достижения цели решаются следующие задачи: изучаются основы физической культуры и здорового образа жизни человека; формируются знания об истории развития физической культуры и спорта; развивается уровень функциональных и двигательных способностей, происходит процесс укрепления здоровья и закаливание организма студента, воспитываются его волевые качества, формируется потребность студентов в физическом совершенствовании и поддержании здоровья.

## 2 Объекты профессиональной деятельности при изучении дисциплины (модуля)

# 3 Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП

Дисциплина Б1.Б.6 «Физическая культура и спорт» входит в состав дисциплин базовой части блока дисциплин ОПОП ВО. Изучается в V и VI семестрах III курса.

Данная дисциплина базируется на знаниях, полученных при обучении в средних общеобразовательных учебных заведениях (курс «Физическая культура») и курсе «Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту» высшей школы, являясь органичным его дополнением. Результатом физкультурно-спортивной деятельности являются физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений и навыков, высокий уровень развития жизненных сил, спортивные достижения, нравственное, эстетическое и интеллектуальное развитие.

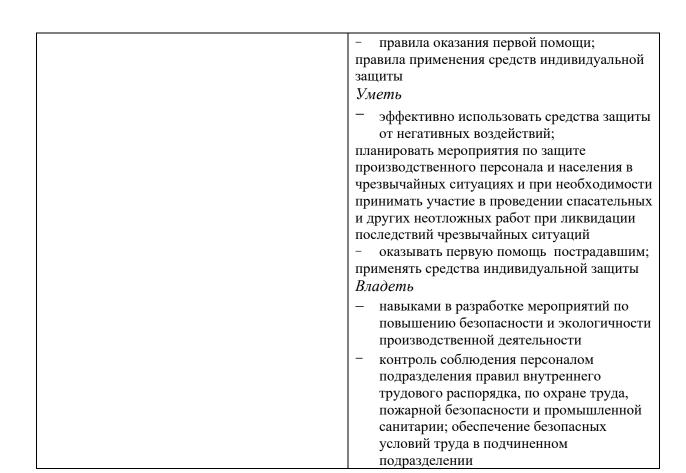
Входящие компетенции ФГОС среднего общего образования:

- умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО);
- владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;
- владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;
- владение физическими упражнениями разной функциональной направленности,
   использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;
- владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.

Приступая к изучению данного курса, студент должен знать основы биологии человека, иметь представление об основных технологиях укрепления и сохранения здоровья. После освоения курса «Физическая культура и спорт» предполагается формирование компетенций ОК-4, ОК-7, ОК-8.

4 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями выпускников)

Формируемые компетенции (код компетенции, уровень (этап) освоения)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), характеризующие этапы формирования компетенций
ОК-4: способность работать в команде, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия, І уровень (пороговый)	<ul> <li>Знать</li> <li>принципы функционирования профессионального коллектива, понимать роль корпоративных норм и стандартов</li> <li>специфику механизмов возникновения и разрешения социальных, политических и культурных конфликтов; социальные закономерности, воздействующие на поведение людей; влияние социальных процессов на социальное развитие личности, ее социальную позицию</li> <li>Уметь</li> <li>работать в коллективе, эффективно выполнять задачи профессиональной деятельности</li> <li>пользоваться основными приемами психологического взаимодействия в общении и деятельности</li> <li>Владеть</li> <li>приемами взаимодействия с сотрудниками, выполняющими различные профессиональные задачи и обязанности</li> <li>навыками социологического, политологического и культурологического анализа при разборе реальных ситуаций и общественных процессов</li> </ul>
ОК-7: способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, I уровень (пороговый)	Знать     основы физиологии человека и рациональные условия его деятельности, анатомо-физические последствия воздействия на человека травмирующих, вредных и поражающих факторов, их идентификацию  Уметь     разрабатывать мероприятия по обеспечению полноценной социальной и профессиональной деятельности  Владеть     навыками в разработке мероприятий по обеспечению полноценной социальной и профессиональной деятельности
ОК-8: готовность пользоваться основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий, I уровень (пороговый)	Знать  — основные физические явления и законы; основные физические величины и константы, их определение и единицы измерения; принципы рационального и безопасного использования природных ресурсов, энергии и материалов теоретические основы безопасности жизнедеятельности в системе "человек - среда обитания"



5 Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических или астрономических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Объем дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы, всего 72 часа, из которых: <b>68 часов составляет контактная работа обучающегося с преподавателем</b> :
68 часов – практические занятия (34 часа – V семестр, 34 часа – VI семестр).
часов – мероприятия текущего контроля успеваемости; часов – мероприятия промежуточной аттестации (зачет),
<b>4 часа составляет самостоятельная работа обучающегося</b> (2 часа - V семестр, 2 часа семестр).

6 Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических или астрономических часов и виды учебных занятий

-VI

								В	гом числе:				
	Всего (часы)	Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем), часы из них <sup>1</sup>										Самостоятельная работа обучающегося, часы, из них	
Наименование и краткое содержание разделов и тем дисциплины (модуля)  Форма промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)		Лекционные занятия	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные занятия		Групповые консультации	Индивидуальные консультации	Учебные занятия, направленные на проведение текущего контроля успеваемости (коллоквиумы, практические контрольные занятия и др.)	Всего	Подготовка к устному опросу	Подготовка рефератов и т.п.	Всего
	V семестр												
Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов				34						34	2		36
Промежуточная аттестация зачет		X									X		
Итого				34						34	2		36
		,	VI ce	местр									
Тема 2. Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания				34						34	2		36
Промежуточная аттестация зачет		X									X		
Итого				34						34	2		36

# 7 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю) и методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модулю)

#### Методические указания к практическим занятиям

Основные направления практических занятий:

- 1. Техника безопасности при занятиях физической культурой и спортом
- 2. Изучение строевых упражнений
- 3. Физкультура и спорт: общее и различия
- 4. Акробатика
- 5. Приемы и методы индивидуальных занятий физкультурой и спортом
- 6. Командные спортивные игры
- 7. Изучение основ баскетбола
- 8. Изучение основ волейбола
- 9. Изучение основ самбо
- 10. Нормы ГТО и подготовка к их сдаче

# **Методические указания для самостоятельной работы обучающихся и прочее** Предполагается:

- 1. устный опрос (5 семестр);
- 2. устный опрос (6 семестр).

Обознач ение	№ раздела дисципл ины	Содержание самостоятельной работы	Трудоемкость (часы)
УО1.1	1	подготовка к устному опросу	2
УО1.2	2	подготовка к устному опросу	2

# 8 Применяемые образовательные технологии для различных видов учебных занятий и для контроля освоения обучающимися запланированных результатов обучения

Перечень обязательных видов учебной работы студента:

- активная работа на практических занятиях;
- сдача нормативов;
- самостоятельные занятия по заданию и под контролем преподавателя;
- подготовка и сдача зачетов.

\_

# Инновационные формы проведения учебных занятий

Семестр	Вид учебных занятий2	Используемые инновационные формы проведения учебных занятий	Количество академ. часов							
V-VI семестры	Практические занятия	Разбор конкретных ситуаций, связанных с проведением физических упражнений	20							
	Всего:									

<sup>&</sup>lt;sup>2</sup> Перечень видов учебных занятий уточняется в соответствии с учебным планом.

# 9 Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

- **Перечень компетенций** выпускников образовательной программы с указанием результатов обучения (знаний, умений, владений), характеризующих этапы их формирования, описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования.
- OK-4 способность работать в команде, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия;
- OK-7 способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;
- ОК-8 готовность пользоваться основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий. Полная карта компетенций ОК-4, ОК-7, ОК-8 приведена в документе «Матрица формирования компетенций» по направлению бакалавриат 15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств.

#### - Описание шкал оценивания

Балльно-рейтинговая система дает возможность оценивать в баллах, набранных студентами на основе учета выполнения различных видов учебной нагрузки приобретаемые в ходе изучения дисциплины знания, умения, навыки. При этом осуществляется разделение учебной дисциплины на отдельные логически завершенные блоки (модули) и проведение по ним в соответствии с графиком контрольных мероприятий. Итоговой формой контроля освоения данной дисциплины является зачет. Максимальное количество баллов, которые студент может набрать за семестр — 100 баллов.

Если студент набрал в течение семестра от 70 до 100 баллов, то он получает автоматическую оценку «зачтено». Если студент не набрал минимального числа баллов (70 баллов) в течение семестра, то он в обязательном порядке сдает зачет.

Распределение баллов в течение одного семестра:

- 1. От 0 до 34 баллов посещаемость:
  - 0 отсутствие;
  - 2 посещение одного практического занятия.
- 2. От 0 до 64 баллов работа на практических занятиях:
  - 0 отсутствие работы на практическом занятии;
  - Oт 1 до 4 степень и качество выполнения практических заданий;
- 3. От 0 до 2 баллов участие в устных опросах:
  - От 0 до 2 баллов (устный опрос).

#### График выполнения самостоятельных работ студентами

#### 5 семестр

Виды		Недели учебного процесса															
работ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
УО1.1	В3															33	

ВЗ – выдача задания

33 – защита задания

#### 6 семестр

Виды		Недели учебного процесса															
работ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
УО1.2	В3															33	

ВЗ – выдача задания

33 – защита задания

- **Критерии и процедуры оценивания** результатов обучения по дисциплине (модулю), характеризующие этапы формирования компетенций
- ОК-4 способность работать в команде, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия

РЕЗУЛЬТА Т ОБУЧЕНИ Я по дисциплине (модулю)	Уровень освоения компетен ции	КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТА ОБУЧЕНИЯ по дисциплине (модулю) ШКАЛА оценивания									
		1	2	3	4	5					
Код 31 (ОК-4) Знать: принципы функциониро вания профессионал ьного коллектива, понимать роль корпоративны х норм и стандартов.	I - пороговый	Отсутст вие знаний	Не знает или допускает грубые ошибки	Демонстри рует частичные знания без грубых ошибок.	Знает достаточно в базовом объеме.	Демонстрирует высокий уровень знаний.	Устное собеседо вание				
Код 32 (ОК-4)  Знать: специфику механизмов возникновени я и разрешения социальных, политических и культурных конфликтов; социальные закономернос ти, воздействующ ие на поведение людей; влияние социальных процессов на социальное развитие личности, ее социальную позицию.	I - пороговый	Отсутст вие знаний	Не знает или знает слабо специфику механизмов возникновения и разрешения социальных, политических и культурных конфликтов; социальные закономерност и, воздействующ ие на поведение людей; влияние социальных процессов на социальное развитие личности, ее социальную позицию; Допускает множественны е грубые ошибки.	Удовлетвор ительно знает специфику механизмов возникнове ния и разрешения социальны х, политическ их и культурных конфликтов; социальные закономерн ости, воздейству ющие на поведение людей; влияние социальны х процессов на социальное развитие личности, ее социальну ю позицию.	Хорошо знает специфику механизмов возникновения и разрешения социальных, политических и культурных конфликтов; социальные закономерност и, воздействующ ие на поведение людей; влияние социальных процессов на социальное развитие личности, ее социальную позицию; Допускает отдельные негрубые ошибки.	Демонстрирует свободное и уверенное знание специфики механизмов возникновения и разрешения социальных, политических и культурных конфликтов; социальные закономерност и, воздействующ ие на поведение людей; влияние социальных процессов на социальное развитие личности, ее социальную позицию; Не допускает ошибок.	Устное собеседо вание				
Код У1 (ОК- 4) Уметь:	I - пороговый	Отсутст вие умений	Демонстрирует частичные умения, допуская	Демонстри рует частичные умения без	Умеет применять знания в базовом	Демонстрирует высокий уровень умений.	Выполнен ие практиче ских заданий				

работать в коллективе, эффективно выполнять задачи профессиональной деятельности.			грубые ошибки.	грубых ошибок.	(стандартном) объеме.		
Код У2 (ОК- 4) Уметь: пользоваться основными приемами психологичес кого взаимодейств ия в общении и деятельности.	I - пороговый	Отсутст вие умений	Демонстрирует частичные умения, допуская грубые ошибки.	Демонстри рует частичные умения без грубых ошибок.	Умеет применять знания в базовом (стандартном) объеме.	Демонстрирует высокий уровень умений.	Выполнен ие практиче ских заданий
Код В1 (ОК-6) Владеть: приемами взаимодейств ия с сотрудниками , выполняющи ми различные профессионал ьные задачи и обязанности	I - пороговый	Отсутст вие владени я	Демонстрирует низкий уровень владения, допуская грубые ошибки.	Демонстри рует частичные владения без грубых ошибок.	Владеет базовыми приемами.	Демонстрирует владения на высоком уровне.	Выполнен ие практиче ских заданий
Код В2 (ОК- 4) Владеть: навыками социологичес кого, политологиче ского и культурологи ческого анализа при разборе реальных ситуаций и общественны х процессов	I - пороговый	Отсутст вие владени я	Не владеет навыками социологическ ого, политологичес кого и культурологич еского анализа при разборе реальных ситуаций и общественных процессов.	Демонстри рует удовлетвор ительный уровень владения навыками социологич еского, политологи ческого и культуроло гического анализа при разборе реальных ситуаций и общественных процессов.	Демонстрирует хороший уровень владения навыками социологическ ого, политологичес кого и культурологич еского анализа при разборе реальных ситуаций и общественных процессов.	Демонстрирует высокий уровень владения навыками социологическ ого, политологичес кого и культурологич еского анализа при разборе реальных ситуаций и общественных процессов.	Выполнен ие практиче ских заданий

OK-7 - способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

РЕЗУЛЬТА Т ОБУЧЕНИ Я по дисциплине (модулю)	Уровень освоения компетен ции	КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТА ОБУЧЕНИЯ по дисциплине (модулю) ШКАЛА оценивания	ПРОЦЕ ДУРЫ ОЦЕНИ ВАНИЯ
---	--	--	---------------------------------

		1	2	3	4	5	
Код 3 (ОК-7)		Отсут	Фрагментар	Неполны	Сформирова	Сформирова	
Знать:		ствие	ные знания	e	нные, но	нные	
человека и		знани	об основах	представ	содержащие	представлен	
рациональн		й	физиологии	ления об	отдельные	ия об	
ые условия			человека и	основах	пробелы	основах	
его			рациональн	физиолог	представлен	физиологии	
деятельнос			ых условиях	ии	ия об	человека и	
ти,			его	человека	основах	рациональн	
анатомо-			деятельност	И	физиологии	ых условиях	
физические			и, анатомо-	рационал	человека и	его	
последстви			физических	ьных	рациональн	деятельност	
Я			последствия	условиях	ых условиях	и, анатомо-	
воздействи			X	его	его	физических	
Я			воздействия	деятельн	деятельност	последствия	
на человека			на человека	ости,	и, анатомо-	x	
травмирую			травмирую	анатомо-	физических	воздействия	
щих,	I-		щих,	физическ	последствия	на человека	Устное
вредных и	пороговый		вредных и	их	X	травмирую	собеседо
поражающ	•		поражающи	последст	воздействия	щих,	вание
ИХ			х факторов,	виях	на человека	вредных и	
факторов,			их	воздейст	травмирую	поражающи	
ИХ			идентифика	вия	щих,	х факторов,	
идентифик			ции	на	вредных и	их	
ацию			Hill	человека	поражающи	идентифика	
				травмиру	х факторов,	ции	
				ющих,	их	4	
				вредных	идентифика		
				и	ции		
				поражаю			
				ЩИХ			
				факторов			
				, их			
				идентиф			
				икации			
Код У (ОК-7)		Отсут	Фрагментар	В целом	В целом	Сформирова	
Уметь:		ствие	ное	успешное	успешное,	нное умение	
разрабатыв		умени	использован	, но не	но	разрабатыва	
ать		Я	ие умения	системат	содержащее	ТЬ	
мероприяти			разрабатыва	ическое	отдельные	мероприяти	
оп к			ТЬ	использо	пробелы	я по	
обеспечени			мероприяти	вание	использован	обеспечени	
Ю			я по	умения	ие умения	Ю	
полноценн			обеспечени	разрабат	разрабатыва	полноценно	
ой			Ю	ывать	ТЬ	й	Выполнен
социальной	Ι-		полноценно	мероприя	мероприяти	социальной	ие
И	пороговый		й	оп кит	я по	И	практиче
профессион	•		социальной	обеспече	обеспечени	профессион	ских
альной			И	нию	Ю	альной	заданий
деятельнос			профессион	полноцен	полноценно	деятельност	
ти.			альной	ной	й	и	
			деятельност	социальн	социальной		
			и	ой и	и		
			, i	професси	профессион		
				ональной	альной		
				деятельн	деятельност		
				ости			
				ости	И		

Код В (ОК-7) Владеть: навыками в разработке мероприяти й по обеспечени ю полноценн ой социальной и профессион альной деятельнос ти	I - пороговый	Отсут ствие владе ния	Фрагментар ное владение навыками в разработке мероприяти й по обеспечени ю полноценно й социальной и профессион альной деятельност и	В целом успешное , но не системат ическое владение навыкам и в разработ ке мероприя тий по обеспече нию полноцен ной социальн ой и професси ональной деятельн ости	В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы владение навыками в разработке мероприяти й по обеспечени ю полноценно й социальной и профессион альной деятельност и	Успешное и систематиче ское владение навыками в разработке мероприяти й по обеспечени ю полноценно й социальной и профессион альной деятельност и	Выполнен ие практиче ских заданий
--	------------------	--------------------------------	--	--	---	---	---

OK-8 - готовность пользоваться основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий

РЕЗУЛЬТА Т ОБУЧЕНИ Я по дисциплине (модулю)	Уровень освоения компетен ции		ПРОЦЕ ДУРЫ ОЦЕНИ ВАНИЯ				
		1	2	3	4	5	
Код 31 (ОК- 8) Знать: основные физические явления и законы; основные физические величины и константы, их определени е и единицы измерения; принципы рациональн ого и безопасног о	I - пороговый	Отсут ствие знани й	Наличие грубых существенн ых ошибок в ответах	Знает отдельны е физическ ие явления и законы; физическ ие величин ы и констант ы, их определе ние и единицы измерени я; принцип ы рационал	Знает основные физические явления и законы; основные физические величины и константы, их определение и единицы измерения; принципы рациональн ого и безопасного использован ия природных ресурсов,	Знает полностью физические явления и законы; основные физические величины и константы, их определение и единицы измерения; принципы рациональн ого и безопасного использован ия природных ресурсов,	Устное собеседо вание

ресурсов, занителния и материалов теоретичес кие основы безопасное ти жизнедеятел дыности в системе "челопек - среда обитания"   Кол. 12 (ОК- в) дыном до должной дол		•		1	•			
ресурсов, энергии и материалов сеопаснос ти жизнедеяте дыности п системе "челове, основы денные основыми денные основыми денные основы денные основыми денные основные денные о	кин					энергии и	энергии и	
Внертии и жизинедеяте природн их жизинедеяте в системе чесновы безопасност и и жизинедеяте в системе чесновы безопасност и жизинедеяте в системе чесновы обитания чесновы безопасност и жизинедеяте в системе чесновы безопасност и жизинедеяте в системе чесновы обитания честом честивы обитания честом честивы обитания честом честивы обитания честом честивы обитания честом честивного обесеновы обитания честом честивного обесеновы обитания честом честивного обитания честом честивного обесеновы обитания честом честивного обесеновы обитания честом честивного обесеновы обитания честом честивного обесеновы обитания честом честом честом честивного обесеновы обитания честом честивного обесеновы обитания честом честивного	природных				безопасн	материалов	материалов	
вания природн катериалов безопасност и природн катянедеятел вности в вых жизнедеятел вности в обитания" в материал ов обитания в материал обитания в мате	ресурсов,				ого	теоретическ	теоретическ	
теоретичес кие основые обезопасное ти жизнедеятел ресурсов, выости в онистеме "человек - среда обитания" обтания" основыя основы основые основальной основы основы основы основы основы основы основы основы основным основы основным основным основным основным основными	энергии и				использо	ие основы	ие основы	
Бис основы безопасное ти жизнедеятельности в системе на инференция и природные основные безопасное ские природные основные первой помощи; правила применени и средств ницивидуал выной защиты от нергомали от защить от негативных кождействите проговодстве пното ващите проговодстве пното защить от нергомали кождействите проговодстве пното защить от негативных кождействите, проговодстве прог	материалов				вания	безопасност	безопасност	
Бис основы безопасное ти жизнедеятельности в системе на инференция и природные основные безопасное ские природные основные первой помощи; правила применени и средств ницивидуал выной защиты от нергомали от защить от негативных кождействите проговодстве пното ващите проговодстве пното защить от нергомали кождействите проговодстве пното защить от негативных кождействите, проговодстве прог	-				природн	И	И	
Безопаснос ти жизнедеятельности в системе "человек - среда обитания"   Первой помощи; правила правила на пророжей в средств индивидуат в средств индивидуат в средств индивидуат в средств нацияния от деятивных водабствий; первой петовмовать в средств индивидуат в средств нацияния от деятивных водабствий; петовильно петовмовать в средств индивидуат в средств индивидуат в средств индивидуат в средств нацияния от деятивных водабствий; петовильно петовмовать в средств индивидуат в средств нацияния от деятивных водабствий; петовой петовмовать петовой петовмовать ферективно петовмовать петовой петовмова	-					жизнелеятел	жизнелеятел	
Ти жизнедеяте дановек - персова обитания   приводные основы безопаси и стетеме "человек - среда обитания"   ов техногенные основы безопаси и жизнедея тельност и в в системе "человек - среда обитания "    Кол 32 (ОК- 8) Заави: правыла оказания первой помощи; правыла на применения я средств нацивидуал вной защиты   1. пороговый выс умения выс умения опасности   применения и я средств нацивидуал вной защиты   1. пороговый выс умения опасности   применения и я средств индивидуал вной защиты   1. пороговый выс умения опасности   применения и правила оказания первой помощи; правила нервой помощи; правила оказания первой помощи; правила правима правила оказания первой помощи; правима первой помощи; правима первой помощи								
льности в системе "человек среда обитания" обитания" ости реда обитания" ости реда обитания" ости жизнедая тельност и в системе "человек среда обитания" ости жизнедая тельност и в системе "человек среда обитания" от природные основы и безопасно ости жизнедая тельност и в системе "человек среда обитания" обитания от первой помощи; правила применения дащиты от первой помощи; правила применения дащиты от первой помощи; правила применения на средств индивидуальной защиты от первой помощи; правила применения на средств индивидуальной защиты от первой помощи; правила применения на средств индивидуальной защиты от первой помощи; правила применения на правила обитания обеседо вание средств индивидуальной защиты от первой помощи; правила применения на правила обитания обеседо вание средств индивидуальной защиты от первой помощи; правила применения на правила применения средств индивидуальной защиты от первой помощи; правила применения средств защиты от п								
Паности в системе					_			
"«еловек среда обитания"  Код 32 (ОК- 8) Зыама: правила правила правила правила протвовый в средств индивидуал вной защиты от веромая защиты от перомая защиты от по защите производствен но защите производствен по защите производствен но защите производствен по защите производствен но защиты от веромая защиты от веро								
"Человск - среда обитания"  Кол 32 (ОК- 8) дивы правила применения и ответах пороговый защиты от версатв нидивидуал ьной защиты от ветативных ошибок  Кол 31 (ОК- 8) дивы прооговый защиты от ветативных ошибок  кор 31 (ОК- 8) дивы прооговый защиты от ветативных ошибок  кор 31 (ОК- 8) дивы прооговый защиты от ветативных ошибок  кор 31 (ОК- 8) дивы прооговый защиты от ветативных ошибок  кор 32 (ОК- 8) дивы правила правила правила правила применения средств надивида оказания первой помощи; правила применения прооговый защиты от ветативных ошибок  кор 34 (ОК- 8) дивы прооговый защиты от ветативных ошибок  кор 34 (ОК- 8) дивы прооговый защиты от пресовата населения в проозводственного персовата и прооговать неготивных прооговать неготовы обрежения производственного персовата и населения в пресовалания и применения производственного персовата и населения в пресовалания и при нестативных производственного персовата и населения в пресовалания и при несобходимост и принимате участие в производствени принимате участие в производствении принимате участие в производствении принимате участие в производствения производствения производствения производствения производственного персовата и населения в производственного персовата и населения производственного персовата и населения в производственного персо					_	_	_	
среда обитания"  Коа 32 (ОК- 8) 3ист правила правила правила правила правила правила правила применения правила применения первой помощи; правила правила применения правила применения применения применения правила помощи; правила правила помощи; правила правила помощи; правила правила помощи; правила							ооитания	
основы безопасн ости жизнедея техногенные опасности жизнедея тельност и в петемовка образовать обр					теоретич	новные		
Кол 32 (ОК- 8) Заамы: правила показания первой помощи; правила применения я средств нидивидуальной защиты  Кол Y (ОК- в) Уметь: эффективно весования перозовать средства защиты  Т пероговый помощи; правила ответах  Отсут правила помощи; правила применения я средств нидивидуальной защиты  Кол Y (ОК- в) уметь: защиты  Отсут пороговый помощи; правила применения я средств нидивидуальной защиты  Кол Y (ОК- в) уметь: защиты  Отсутст вне умения умения  Отсутст вне пороговый помощи; правила оказания первой помощи; правила оказания первой помощи; правила оказания правила оказания правила оказания правила оказания правила применения средств индивидуал вной защиты защиты  Защиты защиты защиты пребования прествая защиты от нетативных воздействий; планировать пороговый помощи; правила оказания первой помощи; правила оказания правила оказания правила оказания правила оказания правила оказания правила оказания правила применения средств индивидуал вной защиты защиты защиты защиты пребования пребования пребования пребования пребования пребования пременения преизменения правила оказания правила применения средств индивидуал вной помощи; правила оказания правила применения средств индивидуал вной помощи; правила применения средств индивидуа защиты защиты защиты защиты пребования					еские	природные		
Кол 32 (ОК- 8) Знать: правила оказания первой помощи; правила применени я средств индивидуал вной защиты вной защиты воздействий; плавировать мероприятия пороговый умения  Отсут ствие знани упаравила ответах  Отсут ствие знани оказания первой помощи; правила применени и первой помощи; правила применения и средств индивидуал вной защиты  Отсут ствие знани упервой помощи; правила применения ия средств индивидуал вной защиты  Отсут ствие знани упервой помощи; правила применения ия средств индивидуал вной защиты защиты защиты защиты защиты защиты по защить пороговый пороговые пороговый порого	обитания"				основы	И		
Кол 32 (ОК- 8) Знать: правила показания первой помощи; правила применени я средств индивидуал вной защиты  Кол 31 (ОК- 8) Знать: правила поротовый знани я средств индивидуал вной защиты  Кол 31 (ОК- 8) Знать: правила поротовый знани я средств индивидуал вной защиты  Ти  Кол 31 (ОК- 8) Знать: поротовый знани я средств индивидуал вной защиты  Кол 31 (ОК- 8) Уметь: эффективно использовать ферстивно использовать поротовый поротовый защиты от негативных воздействий; поротовый населения в породей населения в пороселения в пороселена в пороселения в пороселенной помощ					безопасн	техногенные		
Кол 32 (ОК- 8) Энать: правила оказания первой помощи; правила применени и средств индивидуал вной защиты  Кол У I (ОК- 8) Уметиво вного персонала и населения в правила производстве поротовый  Т- по					ости	опасности		
Кол 32 (ОК- 8) Эниты: правила оказания первой помощи; правила применени я средств индивидуал вной защиты  Кол 31 (ОК- 8) Эниты: правила оказания первой помощи; правила применени я средств индивидуал вной защиты  Кол 71 (ОК- 8) Эниты: пороговый первой помощи; правила применени я средств индивидуал вной защиты  Кол 71 (ОК- 8) Эниты защиты  Отсутст вис вистеме "человек - среда обитания " Отдельны правила правила правила правила правила применения средств индивидуал вной защиты защиты правила применения средств индивидуал вной защиты защиты защиты пребования м м рефективно ответстви сответств робъемня м м рефективно ответстви отперсона правила применения средств индивидуал вной защиты защиты от пребования м м рефективно польностью правила применения средств индивидуал вной защиты защиты от пребования м м рефективно польностью правила применения средств индивидуал вной защиты защиты от переования пребования м м рефективно польностью правила применения средств индивидуал вной защиты защиты от пребования пребования пребования м м редействий помощи; правила применения средств индивидуал вной защиты защиты от пребования пребования м м рефективно полностью помощи; правила применения средств индивидуал вной защиты защиты от пребования м м рефективно полностью помощи; правила применения средств индивидуал вной защиты защиты от пребования м м рефективно польностью прой помощи; правила применения средств индивидуал вной защиты защиты от пребования применения средств индивидуал вной защиты защиты от применения средств индивира применения применения применения средств индивидуал вной защиты защиты от пройововать преобвания применения производствен производствен производствен производствен пот персонала и нассления в производствен производствен пот персонала и нассления в производствен пот персона применения применения применения применения применения применения					жизнедея			
Код 32 (ОК- 8) Элаты: правила оказания первой помощи; правила номощи; правила применен ия средств индивидуал ыной защиты  Код УІ (ОК- 8) Уметь: эффективно использовать средства защиты от негативных воздействий; планировать мероприятия по защите проговый по защите проговый по защите проговый по защите проговый по защиты  Т. пороговый по защиты  По защиты  По защиты  По защиты  По защиты  По защиты  По защиты правила применения средств индивидуал ыной защиты пребования м м м фективно использова ть средства защиты от негативных воздействий; планировать мероприятия по защите производстве иного пресовала и населения в иссаения в принимать иринимать иринимать иринимать иринимать проводении принимать производеты принимать производеты принимать производеты принимать производеты принимать производеты принимать производеты					тельност			
Код 32 (ОК- 8) Элаты: правила оказания первой помощи; правила номощи; правила применен ия средств индивидуал ыной защиты  Код УІ (ОК- 8) Уметь: эффективно использовать средства защиты от негативных воздействий; планировать мероприятия по защите проговый по защите проговый по защите проговый по защите проговый по защиты  Т. пороговый по защиты  По защиты  По защиты  По защиты  По защиты  По защиты  По защиты правила применения средств индивидуал ыной защиты пребования м м м фективно использова ть средства защиты от негативных воздействий; планировать мероприятия по защите производстве иного пресовала и населения в иссаения в принимать иринимать иринимать иринимать иринимать проводении принимать производеты принимать производеты принимать производеты принимать производеты принимать производеты принимать производеты								
Кол 32 (ОК- 8) Знать: Правила первой помощи; правила применени я средств индивидуал вной защиты  Кол 31 (ОК- 8)  Т пороговый  Т пороговый								
Стеут ствие знани й и советстви надины от негативных одностедны об водействий; плавировать мероприятия по защите проговый по защите проговый по станивых односте на примерать него по защите проговый по станивых односте него проговый по станивых односте него по защите проговый по станивых односте него проговый помощ защиты   Сте одность од								
Кол 32 (ОК- 8) Знать: правила оказания первой помощи; правила пороговый помощи; правила нороговый защиты  Кол 71 (ОК- 8) Знать: пороговый помощи; правила пороговый защиты  Кол 71 (ОК- 8) Знать: пороговый помощи; пороговый защиты  Ствете вне умения умения умения умения умения умения умения умения объедства защиты от пот постанивых опшбок помощи; правила применен ия средств индивидуал ыной защиты  Кол 71 (ОК- 8) Уметь: уфективно использовать средства защиты от пстативных от пстативных объедствий; планировать мероприятия по защите производстве иного постания по защите производстве пното персонала и населения в правила применения ия средств индивидуал ыной защиты от пстативных воздействий; планировать мероприятия по защите производстве пното персонала и населения в при необходимост и при необходимост и принимать участие в								
Код 32 (ОК- 8) Зааты: правила оказания первой помощи; правила применени я средств индивидуальной защиты  Код УІ (ОК- 8)  Уметь: эффективно использовать средствинного перевий; планировать мероприятия по защите производстве пного персонала и населения в производстве пного персонала и населения в применен при необходимост и принимать индивида применен ия  Отеутст вие умения  Отеутст вие трубых ответах  Отеутст вие умения  Отеутст вие умения  Отеутст вие умения  Отеутст вие умения  Отеутст вие трубых ответах  Отеутст вие трубых ответах  Отеутст вие трубых ответах  Оказания первой помощи; правила оказания первой помощи; правила применения средств индивидуал ыной защиты защиты требованиям требованиям требованиям требованиям требованиям требованиям требованиям требованиям требованиям требования требования требования требования требования требов правила оказания первой помощи; правила оказания первой промощи; правила оказания первой промощи; правила применения средств индивидуал ыной защиты  В осответствие соответствие соответствие соответствие соответствие соответствие соответствие соответствие соответеть ин требованиям требованиям требованиям требованиям требования требованиям требования требования требования требования требованиям требованиям требованиям требованиям требованиям требованиям требованиям требования требования требованиям требованиям требованиям требования требования требования требования требования требования требования треб					_			
В Знамы: правила оказания первой помощи; правила применени ия средств индивидуальной защиты   Т - пороговый защ								
В Знамы: правила оказания первой помощи; правила применени ия средств индивидуальной защиты   Т - пороговый защ	Кол 32 (ОК-		Отсут	Напичие	Зиает	Зиает	Зиает	
правила оказания первой помощи; правила применени я средств индивидуальной защиты  Код УТ (ОК- 8) Умети: эффективно использовать средств инспользовать средств инспользовать средств инспользовать средств инспользовать проотовый поротовый и первой помощи; правила применения им первой помощи; правила применения им первой помощи; правила применения средств индивидуал вной защиты защиты защиты защиты защиты защиты защиты от негативных воздействий; планировать мероприятия по защите производстве иного персонала и протовый и протовый и протоводственного персонала и при населения в чрезвычайных ситуациях и при необходимост и принимать участие в								
оказания первой помощи; правила применени я средств индивидуал вной защиты  Код УІ (ОК- 8) Уметь: эффективно использовать средств защиты от нетативных воздействий; плавировать мероприятия по защите производстве пного персонала и населения в чрезвычайных ситуациях и при примена  1 - пороговый  Код УІ (ОК- 8) Уметь: эффективно использовать средств ного персонала и населения в чрезвычайных ситуациях и при применения правила правила первой помощи; правила применения правила правила правила применения правила применения правила применения правила правила п	правила			~ ~				
первой помощи; правила применени дя средств индивидуальной защиты  Код УІ (ОК- 8)  Уметь:  оффективно использовать средств анциты от негативных по защите производстве нного персонала и при населения в первой первой помощи; правила применения средств индивидуальной защиты  Т пороговый защиты  Отеутст вие умения ответах применения ия средств индивидуальной защиты  ответах первой первой первой первой первой помощи; правила применения средств индивидуальной защиты  защиты защиты защиты защиты от негативных воздействий; планировать мероприятия по защите производстве нного персонала и населения в проведении инаселения в проведении принимать участие в проведении производстви принимать участие в проведении производстве при производстве при производстве при производстве при принимать участие в проведении проведени проведении проведении проведении проведении проведении проведе	_			-	_	_	_	
помощи; правила применени я средств индивидуал ьной защиты  Код УТ (ОК- 8)  Уметь:  эффективно использовать средства защиты от негативных воздействий; планировать мероприятия по защите производстве инаселения в чрезвычайных ситуациях и при необходимость и принимать участие в населения в чраственых оп правила применения правила применения средств индивидуал ьной защиты от негативных воздействий; планировать мероприятия по защите производствен нного персонала и населения в чрезвычайных ситуациях и при необходимость и при при необходимость и принимать участие в населения в проведении инаселения в проведении принимать участие в населения в проведении диста в проведении и производствы по принимать и населения в проведении диста в проведении диста в проведении и принимать и населения в проведении других	первой		И					
Правила применени я средств индивидуал ьной защиты  Код УІ (ОК- 8)  Умения:  ффективно использовать средства защиты от нетативных воздействий; плавировать мероприятия по защите производстве нного персонала и населения в чрезвычайных ситуациях и при применения правила применения правила применения правила применения средств индивидуал ьной защиты защиты  В соответствии требования м м ошибок  Трубых ответствии требования м м ошибок  Требования м требования м требования м требования м требования м требования трефования м трефования м трефования правила применения применения правила применения применения средств индивидуал ьной защиты требования м требования м требования правила применения применения правила применения правила правила применения правила правила примен	_			ответах	-	_	-	
применени я средств индивидуал ьной защиты  Код У1 (ОК- 8)  Уметь: эффективно использовать средств индивины петативных воздействий; планировать петоговый проговый проговый применения из средств индивидуал ной защиты от негативных воздействий; планировать петоговала и населения в чрезвычайных ситуациях и при необходимост и принимать участие в производстве и принимать и производсты и принимать и принимать участие в проведении и других проведении производении и населения в проведении производении производения		I -				•		
я средств индивидуал ьной защиты  Код У1 (ОК- 8)  Уметь:  эффективно использовать средства защиты от нетативных воздействий; планировать мероприятия по защите производстве нного персонала и населения в чрезвычайных ситуациях и при веобходимост и принимать участие в	_	пороговый			правила	_	_	
индивидуал ьной защиты  Код V1 (ОК- 8)  Уметь: эффективно использовать средства защиты от негативных воздействий; планировать мероприятия по защите производстве нного персонала и населения в инаселения в ирезвычайных ситуациях и при необходимост и принимать участие в	_				применен	применения	применения	вание
вной защиты  Код V1 (ОК- 8)  Уметь:	_				ия	средств	средств	
защиты  Код УІ (ОК- 8)  Уметь:					средств		индивидуал	
Код У1 (ОК- 8)  Уметь:					индивиду	ьной	ьной	
Код V1 (ОК- 8)  Уметь:  эффективно использовать средства защиты от негативных воздействий; планировать мероприятия по защите производстве нного персонала и населения в чрезвычайных ситуациях и при необходимост и при необходимост и при необходимост и при населения в участие в	защиты				альной	защиты	защиты	
Вие умения   Рубых существенных ошибок   Трубых существенных ошибок   Требования требованиями опользовать средства защиты от негативных воздействий; планировать мероприятия по защите производстве нного персонала и населения в чрезвычайных ситуациях и при необходимост и принимать участие в   Вие умения   Трубых существенных ошибок   Требования и тредования и планировать и по защите по защите по защите по защите по защите по защите по по защите и производствен и населения в и населения в и населения в производствен производст при принимать и требования и производствен и населения в производствен и населения в и населения в производствен и населения в проведении требования и производствен и населения в производствен и населения в треопара и населения и треопара и населения в треопара и населения в треопара и насе					защиты			
умения существенных ошибок требования использовать средства защиты от негативных воздействий; планировать мероприятия по защите производстве нного персонала и населения в чрезвычайных ситуациях и при необходимост и принимать участие в	Код У1 (ОК-		Отсутст		Частичное	В соответствии		
ощибок требования эффективно использовать средства защиты от средства защиты от негативных воздействий; планировать мероприятия по защите производстве нного персонала и населения в чрезвычайных ситуациях и при необходимост и принимать участие в	· /						* *	
использовать средства защиты от негативных воздействий; планировать мероприятия по защите производстве нного персонала и населения в чрезвычайных ситуациях и при необходимост и принимать участие в производстве и производстве и принимать участие в проведении других защиты от негативных воздействий; планировать по защите производствен ного персонала и населения в производст при принимать участие в проведении других			умения	•		1	_	
средства защиты от негативных воздействий; планировать мероприятия по защите производстве нного персонала и населения в чрезвычайных ситуациях и при необходимост и принимать участие в				ошиоок	_		*	
защиты от негативных воздействий; планировать мероприятия по защите производстве нного персонала и населения в чрезвычайных ситуациях и при необходимост и принимать участие в								
негативных воздействий; планировать мероприятия по защите производстве нного персонала и населения в чрезвычайных ситуациях и при необходимост и принимать участие в проинала и необходимост и принимать участие в	-					_		
планировать мероприятия по защите производствен ного персонала и населения в чрезвычайных ситуациях и при необходимост и принимать участие в принимать участие в производствен мероприятия производствен ного персонала и населения в при необходимост и принимать участие в производствен ного персонала и населения в при населения в при необходимост и принимать и при необходимост и производст при принимать и проведении других проведении других	1				использова	1		
мероприятия по защите производствен нного персонала и населения в чрезвычайных ситуациях и при необходимост и принимать участие в					-			D
по защите производстве нного персонала и населения в чрезвычайных ситуациях и при необходимост и принимать участие в производстве ного персонала и населения в чрезвычайных ситуациях и при необходимост и принимать участие в производст в проведении других проведении других						*	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	
производстве нного персонала и населения в инаселения в производст при принимает ипринимать ипринимать ипринимать и проведении участие в инаселения в проведении других		I -					*	
при необходимост и принимать и проведении других	*	пороговый					•	•
персонала и населения в и населения в инаселения в мероприяти чрезвычайных при я по защите ситуациях и производст при принимает участие в населения в инаселения в ситуациях и проведении участие в проведении участие в проведении участие в проведении других	*				· ·	_		
населения в       мероприяти       чрезвычайных       при         чрезвычайных ситуациях и       производст при принимает       при необходимости         при       при принимает       участие в         необходимост и принимать       проведении       проведении         участие в       населения в       проведении       других					-	^	_	зиоинии
ситуациях и производст при принимает участие в принимать и принимать и принимать и населения в проведении других	•				мероприяти		_	
при         венного         необходимости         участие в           необходимост         принимать         принимать         проведении           и принимать         участие в         спасательных и           участие в         проведении         других	_				я по защите		необходимости	
необходимост и принимать участие в         персонала и участие в         принимать и участие в         проведении спасательных и населения в         проведении других					_		^	
и принимать участие в спасательных и населения в проведении других	•						*	
участие в населения в проведении других					•	-	-	
	•					*		
	1 *	<u></u>				-		

спасательных и других неотложных работ при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций				ых ситуациях и при необходим ости принимать участие в проведении спасательн ых и других неотложны х работ при ликвидации последстви й чрезвычайн ых ситуаций	других неотложных работ при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций	работ при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций	
Код У2 (ОК- 8) Уметь: оказывать первую помощь пострадавш им; применять средства индивидуал ьной защиты	I - пороговый	Отсут ствие умени я	Наличие грубых существенн ых ошибок	Частично е соответст вие требован иям оказыват ь первую помощь пострада вшим; применят ь средства индивиду альной защиты	В соответстви и с основными требования ми оказывать первую помощь пострадавш им; применять средства индивидуальной защиты	Полностью и правильно оказывает первую помощь пострадавш им; применяет средства индивидуальной защиты	Выполнен ие практиче ских заданий
Код В1 (ОК- 8) Владеть: навыками в разработке мероприяти й по повышени ю безопаснос ти и экологично сти производст венной деятельнос ти	I - пороговый	Отсут ствие владе ния	Фрагментар ное владение навыками в разработке мероприяти й по повышению безопасност и и экологичнос ти производств енной деятельност и	В целом успешное, но не системат ическое владение навыкам и в разработ ке мероприя тий по повышен ию безопасн ости и экологич ности производ ственной деятельн ости	В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы владение навыками в разработке мероприяти й по повышению безопасност и и экологичнос ти производств енной деятельност и	Успешное и систематиче ское владение навыками в разработке мероприяти й по повышению безопасност и и экологичнос ти производств енной деятельност и	Выполнен ие практиче ских заданий

Код В2 (ОК-		Отсутст	Фрагментарное	В целом	В целом	Успешное и	
8) Владеть:		вие	владение	успешное,	успешное, но	систематическ	
контроль		владени	контролем	но не	содержащее	ое владение	
соблюдения		Я	соблюдения	систематич	отдельные	контролем	
персоналом			персоналом	еское	пробелы	соблюдения	
подразделени			подразделения	владение	владение	персоналом	
я правил			правил	контролем	контролем	подразделения	
внутреннего			внутреннего	соблюдени	соблюдения	правил	
трудового			трудового	Я	персоналом	внутреннего	
распорядка,			распорядка, по	персоналом	подразделения	трудового	
по охране			охране труда,	подразделе	правил	распорядка, по	
труда,			пожарной	ния правил	внутреннего	охране труда,	
пожарной			безопасности и	внутреннег	трудового	пожарной	
безопасности			промышленной	о трудового	распорядка, по	безопасности и	Выполнен
И			санитарии;	распорядка,	охране труда,	промышленной	ue
промышленно	I -		обеспечением	по охране	пожарной	санитарии;	практиче
й санитарии;	пороговый		безопасных	труда,	безопасности и	обеспечением	1
обеспечение			условий труда	пожарной	промышленной	безопасных	ских
безопасных			в подчиненном	безопаснос	санитарии;	условий труда	заданий
условий труда			подразделении	ти и	обеспечением	в подчиненном	
В				промышлен	безопасных	подразделении	
подчиненном				ной	условий труда		
подразделени				санитарии;	в подчиненном		
И				обеспечени	подразделении		
				ем			
				безопасных			
				условий			
				труда в			
				подчиненн			
				OM			
				подразделе			
				нии			

— **Типовые контрольные задания** или иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения, характеризующих этапы формирования компетенций и (или) для итогового контроля сформированности компетенции.

# Список вопросов к зачету

- 1. Физическая культура как часть общечеловеческой культуры. Основные понятия и термины.
- 2. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.
- 3. Физическое развитие. Физическое совершенство. Система физического воспитания.
- 4. Анатомо-морфологические и физиологические основы жизнедеятельности организма человека.
- 5. Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулируемая биологическая система.
- 6. Характеристика функциональных систем организма и их совершенствование под воздействием направленной физической тренировки.
- 7. Обмен веществ и энергии как основа жизнедеятельности организма человека.
- 8. Внешняя среда и ее воздействие на организм и жизнедеятельность человека.
- 9. Функциональная активность человека как фактор физической культуры.
- 10. Средства физической культуры. Системы физических упражнений.
- 11. Здоровый образ жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья. Основные понятия.
- 12. Здоровье человека как ценность. Факторы, определяющие здоровый образ жизни.
- 13. Режим труда и отдыха. Активная мышечная деятельность (физическая нагрузка).
- 14. Закаливание организма. Рациональное питание.
- 15. Вредные привычки и их профилактика.
- 16. Гигиенические основы здорового образа жизни.
- 17. Состояние здоровья населения России. Здоровье студенчества.
- 18. Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания.
- 19. Методические принципы и методы физического воспитания.
- 20. Средства и методы развития физических качеств.

- 21. Нормы организации физического воспитания.
- 22. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.
- 23. ГТО в современном мире. Нормативы VI ступень.
- 24. Краткая характеристика некоторых видов спорта: баскетбол, волейбол.
- 25. Краткая характеристика некоторых видов спорта: плавание, футбол, теннис.
- 26. Краткая характеристика некоторых видов спорта: бадминтон, легкая атлетика.
- 27. Краткая характеристика некоторых видов спорта: самбо, дзюдо, карате.
- 28. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»
- 29. Олимпийские игры: история, основные принципы олимпийского движения.
- 30. Самоконтроль. Педагогический контроль. Врачебный контроль

# Варианты устных вопросов (УО1)

- 1. Олимпийские игры древности
- 2. Современные олимпийские игры
- 3. Участие русских/российских спортсменов в олимпийских играх
- 4. Место физкультуры в жизни человека
- 5. Спорт как социальное явление
- 6. Физкультура и спорт как отрасль народного хозяйства страны
- 7. Влияние спорта на здоровье человека
- 8. Врачебный контроль при занятиях физической культурой и спортом
- 9. Самоконтроль при занятиях физической культурой и спортом
- 10. Правила проведения соревнований (различные виды спорта)
- Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

Процедура промежуточной аттестации проходит в соответствии с «Положением балльно-рейтинговой системе оценки и текущем контроле успеваемости студентов», а также «Положением о промежуточной аттестации» университета «Дубна».

Тесты физической подготовленности студентов

Тест Оценка в баллах							
	5	4	3	2	1		
Тест на скорость, силу и выносливость	Муж	Мужчины					
Бег 100 м (с)	13,2	13,6	14.0	14,3	14,6		
Подтягивание на перекладине (число раз)	13	10	9	7	5		
Бег 3000 м (мин, с)	12.00	12.30	13.30	14.00	14.30		
Наклон из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи-см.)	15	13	7	6	3		
	Жени	цины					
Бег 100 м (с)	16.0	16.5	17.0	17.5	18.0		
Поднимание туловища из положения лежа на спине» (количество раз за 1 мин)	50	47	40	34	30		

Наклон из положения стоя с	20	16	11	8	5
прямыми ногами на					
гимнастической скамье (ниже					
уровня скамьи-см.)					
Бег 2000 м (мин, с)	10.15	10.30	11.15	11.50	12.10

Контрольные тесты для оценки физической подготовленности студентов

Тест	Оценка в баллах						
	5	4	3	2	1		
	Муж	чины	•				
Бег 30 м (с)	4.4	4.6	4.8	5.0	5.1		
Бег 3000 м (мин, с)	12.00	12.30	13.30	14.00	14.30		
Прыжки и длину с места (см)	250	240	230	220	215		
Прыжки в длину с разбега (см)	480	460	435	410	390		
Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (число раз)	15	12	9	7	5		
Бросок набивного мяча из-за головы из положения сидя (1 кг.)	11	10	9	8	7		
Поднимание на висе ног до касания перекладины (число раз)	10	7	5	3	2		
	Жени	цины					
Бег 30 м (с)	4.9	5.0	5.2	5.4	5.6		
Бег 2000 м (мин, с)	9.30	10.00	11.00	11.30	12.00		
Прыжки и длину с места (см)	190	180	170	160	150		
Прыжки в длину с разбега (см)	365	350	325	300	280		
Подтягивание в висе лежа (перекладин на высоте 90 см) (число раз)	20	16	10	6	4		
Бросок набивного мяча из-за головы из положения сидя (1 кг.)	7	6	5	4	3		

# 10 Ресурсное обеспечение

# • Перечень основной и дополнительной учебной литературы

## Основная учебная литература

- 1. Письменский, И. А. Физическая культура: учебник для академического бакалавриата [Электронный ресурс]/ И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. М.: Издательство Юрайт, 2017. 493 с. (Серия: Бакалавр. Академический курс). ISBN 978-5-534-00329-1 // ЭБС "Юрайт". URL: https://biblio-online.ru/book/1D5B5EFC-C902-4B41-A5F9-46E2A51BEE22 (дата обращения: 26.05.2017). Режим доступа: ограниченный по логину и паролю
- 2. Физическая культура [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Е.С. Григорович [и др.]; под ред. Е.С. Григоровича, В.А. Переверзева. 4-е изд., испр. Минск: Вышэйшая школа, 2014. 350 с.: ил. ISBN 978-985-06-2431-4. // ЭБС "Znanium.com". URL: http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=509590 (дата обращения: 26.05.2017). Режим доступа: ограниченный по логину и паролю
- 3. Бароненко В.А. Здоровье и физическая культура студента: Учебное пособие [Электронный ресурс]/ В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт. 2-е изд., перераб. М.: Альфа-М: НИЦ ИНФРА-

М, 2014. - 336 с.: ил.; 60х90 1/16. (переплет) ISBN 978-5-98281-157-8 // ЭБС "Znanium.com". - URL: http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=432358 (дата обращения: 26.05.2017). - Режим доступа: ограниченный по логину и паролю

## Дополнительная учебная литература

- 1. Прохорова Э. М. Валеология: Учебное пособие [Электронный ресурс]/ Э.М. Прохорова. 2-е изд. М.: НИЦ ИНФРА-М, 2016. 256 с.: 60х90 1/16. (Высшее образование: Бакалавриат) ISBN 978-5-16-010472-0 // ЭБС "Znanium.com". URL: http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=489793 (дата обращения: 26.05.2017). Режим доступа: ограниченный по логину и паролю
- 2. Физическая культура студента [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко, А. Ю. Близневский. Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2011. 172 с. ISBN 978-5-7638-2126-0. // ЭБС "Znanium.com". URL: http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=443255 (дата обращения: 26.05.2017). Режим доступа: ограниченный по логину и паролю

# • Периодические издания

- 1. Журнал «Физкультура и спорт».- Журнал основан в 1922 г.- Выходит 12 раз в год. Полные электронные версии статей журнала представлены на сайте журнала http://www.fismag.ru/
  - Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

## Электронно-библиотечные системы и базы данных

- 1. 9EC «Znanium.com»: <a href="http://znanium.com/">http://znanium.com/</a>
- 2. ЭБС «Лань»: https://e.lanbook.com/
- 3. ЭБС «Юрайт»: https://biblio-online.ru/
- 4. ЭБС «Университетская библиотека онлайн»: http://biblioclub.ru/
- 5. Научная электронная библиотека (РУНЭБ) «eLIBRARY.RU»: http://elibrary.ru
- 6. Национальная электронная библиотека (НЭБ): http://нэб.рф/
- 7. Базы данных российских журналов компании «East View»: https://dlib.eastview.com/

#### Научные поисковые системы

- 1. Google Scholar поисковая система по научной литературе. Включает статьи крупных научных издательств, архивы препринтов, публикации на сайтах университетов, научных обществ и других научных организаций. https://scholar.google.ru/
- 2. WorldWideScience.org глобальная научная поисковая система, которая осуществляет поиск информации по национальным и международным научным базам данных и порталам. http://worldwidescience.org/
- 3. SciGuide навигатор по зарубежным научным электронным ресурсам открытого доступа. http://www.prometeus.nsc.ru/sciguide/page0601.ssi

#### Профессиональные ресурсы сети «Интернет»

1 Федеральная информационная система «Единое окно доступа к информационным ресурсам»: http://window.edu.ru/

#### • Описание материально-технической базы

Спортивный зал.

#### 11 Язык преподавания

Русский