

УТВЕРЖДАЮ:

Директор института мелиорации, водного хозяйства и строительства имени А.Н. Костякова

  
« 22 » \_\_\_\_\_ 2020 г. Д.М. Бенин

**Лист актуализации рабочей программы дисциплины  
Б1.Б.19 «Физическая культура и спорт»**

для подготовки бакалавров

Направление: 05.03.06 Экология и природопользование

Направленность: Природопользование, Экологическая безопасность (в водохозяйственном комплексе)

форма обучения очная

Год начала подготовки 2017

Курс I, II

Семестр 2,4

В рабочую программу вносятся следующие изменения на 2020 год начала подготовки:

1) На титульном листе изменить курс I, семестр 1.

2) В разделе 4. Распределить трудоемкость дисциплины по видам работ на один семестр (таблица 2, 2а прилагаются) и изменить распределение часов в тематический план учебной дисциплины (таблица 3 прилагается).

Составители: Макарова Э.В., д.н., доцент; Никифорова О.Н., к.п.н., доцент  
« 08 06 » \_\_\_\_\_ 2020 г.

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры физической культуры протокол № 10 от « 08 » 06 \_\_\_\_\_ 2020 г.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_  
*Э.В. Макарова*

**Лист актуализации принят на хранение:**

И.о. заведующего выпускающей кафедрой  
экологической безопасности и природопользования

Евграфов А.В., к.т.н., доцент

*А.В. Евграфов*  
« 20 » 06 \_\_\_\_\_ 2020 г.

Методический отдел УМУ

« » \_\_\_\_\_ 2020 г.

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 2,0 зач.ед. (72 часа), их распределение по видам работ представлено в таблице 2.

##### 4.1. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ТРУДОЁМКОСТИ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ВИДАМ РАБОТ ПО СЕМЕСТРАМ

Таблица 2

Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ по семестрам  
(для студентов основного, подготовительного и спортивного отделения)

Виды учебной работы	Трудоёмкость	
	Часы	по семестрам
		1
<b>Общая трудоёмкость</b> дисциплины по учебному плану	<b>72</b>	<b>72</b>
<b>Контактная работа:</b>		
<b>Аудиторная работа:</b>	<b>52,25</b>	<b>52,25</b>
лекции (Л)	16	16
Практические занятия (ПЗ)	34	34
Контактная работа на промежуточном контроле (КРА)	0,25	0,25
<b>Самостоятельная работа (СРС)</b>	<b>21,75</b>	<b>21,75</b>
алгоритм составления комплекса упражнений (подготовка)	1,75	1,75
Подготовка к зачету	20	20
Вид промежуточного контроля:		зачет

Таблица 2а

Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ по семестрам  
(для студентов специального медицинского отделения)

Виды учебной работы	Трудоёмкость	
	Часы	по семестрам
		1
<b>Общая трудоёмкость</b> дисциплины по учебному плану	<b>72</b>	<b>72</b>
<b>Контактная работа:</b>		
<b>Аудиторная работа:</b>	<b>52,25</b>	<b>52,25</b>
лекции (Л)	16	16
Практические занятия (ПЗ)	34	34
Контактная работа на промежуточном контроле (КРА)	0,25	0,25
<b>Самостоятельная работа (СРС)</b>	<b>21,75</b>	<b>21,75</b>
реферат (подготовка)	1,75	1,75
Подготовка к зачету	20	20
Вид промежуточного контроля:		зачет

##### 4.2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 3

Тематический план учебной дисциплины

Наименование разделов и тем дисциплин (укрупнено)	Всего	Аудиторная работа			Внеаудиторная работа СР
		Л	ПЗ	ПКР	
Раздел 1. Теоретические основы физической культуры и спорта	<b>37,75</b>	16			<b>21,75</b>
<b>Тема 1.</b> Общие основы теории физической культуры и спорта		8			
<b>Тема 2.</b> Методологические основы физической культуры и спорта		8			
Раздел 2. Технологии двигательной деятельности	<b>34,25</b>		34		
<b>Тема 1.</b> Развитие и совершенствование физических качеств	30		30		
<b>Тема 2.</b> Самоконтроль в процессе занятий физической культурой и спортом	4		4		
Контактная работа на промежуточном контроле (КРА)	0,25			0,25	
<b>Всего за 1 семестр</b>	<b>72</b>	<b>16</b>	<b>34</b>	<b>0,25</b>	<b>21,75</b>
<b>Итого по дисциплине</b>	<b>72</b>	<b>16</b>	<b>34</b>	<b>0,25</b>	<b>21,75</b>