



УТВЕРЖДАЮ:

Факультет заочного образования

О.А. Антимирова

22 06 2020 г.

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

для подготовки бакалавров ФГОС ВО

13.03.02 Электроэнергетика и электротехника

Направленность: Электроснабжение

Курс II

Семестр 2

Форма обучения заочная

Год начала подготовки 2016

В рабочую программу вносятся следующие изменения на 2018 год начала подготовки:

1) На титульном листе изменяется на Курс I Семестр 1. 2) В разделе 4. Изменить распределение трудоемкости по видам работы (таблица 2 прилагается), распределение часов в тематический план учебной дисциплины (таблица 3 прилагается).

Составители: Макарова Э.В., д.н., доцент; Никифорова О.Н., к.п.н., доцент; Бархатова Л.А., доцент «30» 04 2019 г.

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры физической культуры протокол № 9 от «30» 04 2019 г.

Заведующий кафедрой

Эвель Макарова

Лист актуализации принят на хранение:

Заведующий выпускающей кафедрой электроснабжения
и электротехники имени академика

И.А.Будзко Стушкина Н.А., к.т.н., доцент

Стушкина
«20» 05 2019 г.

Методический отдел УМУ

« » 201 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

Вид учебной работы	Трудоёмкость		
	час.	в т.ч. по семестрам	
		1 (зимняя сессия)	2 (летняя сессия)
Общая трудоёмкость дисциплины по учебному плану	72	72	-
1. Контактная работа:	10,25	10,25	-
Аудиторная работа			
<i>в том числе:</i>			
лекции (Л)	10	10	-
контактная работа на промежуточном контроле (КРА)	0,25	0,25	-
2. Самостоятельная работа (СРС)			
самостоятельное изучение разделов, самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий, подготовка к тестированию.)	57,75	57,75	-
Подготовка к зачету (контроль) ²	4	4	-
Вид промежуточного контроля:		зачёт	

Таблица 3

Тематический план учебной дисциплины

Наименование разделов и тем дисциплин (укрупнёно)	Всего	Аудиторная работа				Внеаудиторная работа СР
		Л	ПЗ	ЛР	ПКР	
Раздел 1 «Теоретические основы физической культуры и спорта»	40,5	4	2			34,5
Тема 1. Общие понятия физической культуры и спорта	13,5	2				11,5
Тема 2. Социально-биологические основы физической культуры	13,5	2				11,5
Тема 3. Общая физическая подготовка и самоконтроль в процессе занятий физической культурой и спортом	13,5	2				11,5
Раздел 2. «Здоровьесберегающие технологии и методические основы профессионально-прикладной физической подготовки студентов»	27	4				23
Тема 4. Основы здорового образа жизни студентов. Физическая культура в сохранении и укреплении здоровья	13,5	2				11,5
Тема 5. Спортивная и профессионально-прикладная подготовка в жизни студента	13,5	2				11,5
контактная работа на промежуточном контроле (КРА)		0,25			4	
Всего за 1 семестр	72	10,25			4	57,75
Итого по дисциплине	72	10,25			4	57,75