



Федеральное агентство по рыболовству
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Калининградский государственный технический университет»
(ФГБОУ ВО «КГТУ»)
Балтийская государственная академия рыбопромыслового флота

УТВЕРЖДАЮ
Начальник УРОПС

Рабочая программа модуля
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»

основной профессиональной образовательной программы специалитета
по специальности

26.05.05 СУДОВОЖДЕНИЕ

Специализация программы
«ПРОМЫСЛОВЕ СУДОВОЖДЕНИЕ»

ИНСТИТУТ
ВЫПУСКАЮЩАЯ КАФЕДРА
РАЗРАБОТЧИК

Морской
Судовождения и безопасности мореплавания
УРОПС
Секция физической культуры и спорта

1 ЦЕЛЬ И ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ МОДУЛЯ

1.1 Целью освоения модуля «Физическая культура и спорт» является формирование положительного отношения обучающихся к здоровому образу жизни, способности поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

1.2 Процесс изучения модуля направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и ОПОП ВО по данному направлению подготовки.

Таблица 1 – Планируемые результаты обучения по дисциплинам (модулям), соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенций

Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Дисциплины	Результаты обучения (владения, умения и знания), соотнесенные с компетенциями/индикаторами достижения компетенции
УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1: Формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре и спорту, установок на здоровый образ жизни	Основы физической культуры	<u>Знать</u>: роль физической культуры и спорта в общекультурной сфере общества и профессиональной подготовке обучающихся; теоретические, социально-биологические основы и физиологические процессы, протекающие в организме человека при выполнении физических упражнений; самоконтроль; основы здорового образа жизни. <u>Уметь</u>: выполнять правила техники безопасности на занятиях различными видами спорта и профессиональной деятельности; уметь контролировать состояние своего организма при нагрузках; оказывать первую медицинскую помощь при травматизме; осуществлять самоконтроль за состоянием своего организма. <u>Владеть</u>: методами и способами физкультурно-спортивной деятельности для достижения учебных, профессиональных и жизненных целей личности; личным опытом, умениями и навыками повышения своих функциональных и двигательных способностей.
УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготов-	УК-7.2: Формирование теоретических знаний и практического опыта для осознанного выбора	Физическое самосовершенствование	<u>Знать</u>: способы повышения двигательных и функциональных способностей организма; основные физические качества.

Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Дисциплины	Результаты обучения (владения, умения и знания), соотнесенные с компетенциями/индикаторами достижения компетенции
ленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	здоровье берегающих технологий в деле укрепления и сохранения здоровья с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности		<u>Уметь:</u> сформировать нравственно-волевые качества личности и включиться в здоровый образ жизни; активизировать познавательную физкультурно-спортивную деятельность; улучшить физическое развитие и физическую подготовленность в соответствии показаниями и противопоказаниями и с требованиями будущей профессиональной деятельности. <u>Владеть:</u> основами методики физического самовоспитания; информацией об индивидуальном выборе спорта или систем физических упражнений; опытом по прикладной физической подготовке, основам физиологии труда.
	УК-7.1: Формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре и спорту, установок на здоровый образ жизни; УК-7.2: Формирование теоретических знаний и практического опыта для осознанного выбора здоровьерегающих технологий в деле укрепления и сохранения здоровья с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.	Практическая подготовка по физической культуре и занятию спортом (элективные курсы)	<u>Знать:</u> - роль физической культуры и спорта в общекультурной сфере общества и профессиональной подготовке обучающихся; теоретические, социально-биологические основы и физиологические процессы, протекающие в организме человека при выполнении физических упражнений; самоконтроль; основы здорового образа жизни; - способы повышения двигательных и функциональных способностей организма; основные физические качества. <u>Уметь:</u> - выполнять правила техники безопасности на занятиях различными видами спорта и профессиональной деятельности; уметь контролировать состояние своего организма при нагрузках; оказы-

Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Дисциплины	Результаты обучения (владения, умения и знания), соотнесенные с компетенциями/индикаторами достижения компетенции
			вать первую медицинскую помощь при травматизме; осуществлять самоконтроль за состоянием своего организма; - сформировать нравственно-волевые качества личности и включиться в здоровый образ жизни; активизировать познавательную физкультурно-спортивную деятельность; улучшить физическое развитие и физическую подготовленность в соответствии показаниями и противопоказаниями и с требованиями будущей профессиональной деятельности. <u>Владеть:</u> - методами и способами физкультурно-спортивной деятельности для достижения учебных, профессиональных и жизненных целей личности; личным опытом, умениями и навыками повышения своих функциональных и двигательных способностей; - основами методики физического самовоспитания; информацией об индивидуальном выборе спорта или систем физических упражнений; опытом по прикладной физической подготовке, основам физиологии труда.

2 ТРУДОЁМКОСТЬ ОСВОЕНИЯ, СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ МОДУЛЯ, ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ ПО НЕМУ

2.1 Модуль «Физическая культура и спорт» (дополнительный раздел) состоит из дисциплин «Основы физической культуры» и «Физическое самосовершенствование», относящихся к блоку 1 обязательной части, а также из дисциплины «Практическая подготовка по физической культуре и занятию спортом (элективные курсы)», относящейся к отдельному блоку «ЭК по ФК и ЗС. Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту».

Общая трудоемкость модуля составляет 2 зачетных единицы (з.е.), т.е. 72 академических часа (54 астр. часов) контактной и самостоятельной учебной работы курсанта (студента); работой, связанной с текущей и промежуточной (заключительной) аттестацией по дисциплинам модуля.

Распределение трудоемкости освоения дисциплины по темам и видам учебной работы приведено ниже.

Таблица 2 - Объем (трудоемкость освоения) в очной форме обучения и структура модуля

Наименование	Семестр	Форма контроля	з.е.	Акад. часов	Контактная работа					СРС	Подготовка и аттестация в период сессии
					Лек	Лаб	Пр	РЭ	КА		
Основы физической культуры	1	3	1	36	12	-	4	-	0,15	19,85	-
Физическое самосовершенствование	6	3	1	36	12	-	4	-	0,15	19,85	-
Итого по модулю:			2	72	24	-	8	-	0,3	39,7	-

Обозначения: Э – экзамен; З – зачет; ДЗ – дифференцированный зачет (зачет с оценкой); КР (КП) – курсовая работа (курсовой проект); контр. – контрольная работа, РГР – расчетно-графическая работа; Лек – лекционные занятия; Лаб – лабораторные занятия; Пр – практические занятия; РЭ – контактная работа с преподавателем в ЭИОС; КА – контактная работа, включающая индивидуальные консультации, консультации перед экзаменом, аттестацию, консультации и аттестацию по КР (КП), практику; СРС – самостоятельная работа курсантов (студентов)

Таблица 3 - Объем (трудоемкость освоения) в заочной форме обучения и структура модуля

Наименование	Семестр	Форма контроля	з.е.	Акад. часов	Контактная работа						СРС	Подготовка и аттестация в период сессии
					УЗ	Лек	Лаб	Пр	РЭ	КА		
Основы физической культуры	1	З, контр. р.	1	36	2	-	-	2	-	0,65	27,5	3,85
Физическое самосовершенствование	6	З	1	36	-	4	-	4	-	0,15	24	3,85
Итого по модулю:			2	72	2	4	-	6	-	0,8	51,5	7,7

2.2 Трудоемкость элективной дисциплины «Практическая подготовка по физической культуре и занятие спортом (элективные курсы)» составляет 330 академических часов (247 астр. часов) контактной (практических занятий) работы курсанта (студента).

Формы аттестации по дисциплине в очной форме обучения: семестры 1, 3, 5 – зачет.

Формы аттестации по дисциплине в заочной форме обучения: семестры 2, 4, 6 – зачет.

На 1 и 2 семестр в очной форме отводится по 60 часов практических занятий, на 3 и 4 семестре в очной форме отводится по 30 часов практических занятий, на 6 семестре в очной форме отводится 45 часов практических занятий, Практические занятия включают в себя легкоатлетическую подготовку на открытом воздухе и занятия избранным видом спорта.

2.3 Краткое содержание дисциплин модуля.

Основные понятия в области физической культуры и спорта: физическая культура и спорт как социальный феномен современного общества, их организационно-правовые основы, средства физического воспитания, виды спорта и двигательной активности, допинг в спорте и его негативные последствия. Научные основы физической культуры: организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система, воздействие различных сред на организм человека. Анатомо-морфологическое строение и основные физиологические функции организма, двигательная активность как жизненно необходимая биологическая потребность организма человека.

Здоровье человека: здоровый образ жизни и его составляющие, физическое самовоспитание и самосовершенствование в здоровом образе жизни, коррекция здоровья.

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Общая физическая подготовка, ее цели и задачи.

Специальная физическая подготовка, ее цели и задачи. Спортивная подготовка. Виды спорта. Планирование, организация и управление самостоятельными занятиями физической культурой и спортом, взаимосвязь между интенсивностью нагрузок и уровнем физической подготовленности.

Общая психофизиологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного труда студента.

Физическая культура в профессиональной деятельности, её назначение и средства. Психофизические модели работников, реабилитация в учебной и профессиональной деятельности.

3 УЧЕБНАЯ ЛИТЕРАТУРА И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ КУРСАНТА (СТУДЕНТА)

Учебно-методическое обеспечение модуля приведено в таблицах 4 и 5.

Таблица 4 – Перечень основной и дополнительной литературы

Наименование дисциплин	Основная литература	Дополнительная литература
Основы физической культуры\ Физическое самосовершенствование\ Практическая подготовка по физической культуре и занятием спортом (элективные курсы)	1. Евсеев Ю.И Физическая культура Феникс, 2014 Издание: 9-е Уровень образования: Бакалавриат ,в т.ч электронный ресурс/ https://e.lanbook.com/book/ 2. Гилев Г.А., Каткова А.М. Физическое воспитание студентов Московский педагогический государственный университет, 2018 Учебник, Уровень образования: Бакалавриат в т.ч /электронный ресурс/ https://e.lanbook.com/book/ 3. Евсеева О.Э., Евсеев С.П. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре Спорт-Человек ,2016 Уровень образования: Бакалавриат, Магистратура в т.ч электронный ресурс: https://e.lanbook.com/book/	1. Грязева Е.Д., Жукова М.В., Кузнецов О.Ю., Петрова Г.С. Оценка качества физического развития и актуальная задача физического воспитания студентов. Флинта,2015 Издание: 2-е Уровень образования: Бакалавриат, Аспирантура в т.ч электронный ресурс/ https://e.lanbook.com/book/ 2.Алхасов Д. С. Теория и история физической культуры Юрайт, 2018 учебник и практикум для академического бакалавриата в т.ч /электронный ресурс/ https://biblio-online.ru/

Таблица 5 – Перечень периодических изданий, учебно-методических пособий и нормативной литературы

Наименование дисциплин	Периодические издания	Учебно-методические пособия, нормативная литература
Основы физической культуры\ Физическое самосовершенствование\ Практическая подготовка по физической		1. Ткаченко Е. Н. Методика составления комплекса общеразвивающих упражнений (зарядка, производственная гимнастика, разминка). Методические рекомендации для курсантов и студентов.,Изд-во БГАРФ - Калининград, 2016.в т.ч /электронный ресурс/ http://bgarf.ru/academy/biblioteka/ 2.Аверьянова М.М., Клименко О.А. Скоростно-силовая подготовка на занятиях по физической культуре студентов и курсантов в высшем учебном заведении. Методические указания., Калининград: Изд-во БГАРФ, 2017. в т.ч /электронный ресурс/ http://bgarf.ru/academy/biblioteka/

Наименование дисциплин	Периодические издания	Учебно-методические пособия, нормативная литература
культуре и занятии спортом (элективные курсы)		3.Ретивых Ю.И, Багров И.Л. Ведение дневника самоконтроля студентом специальной медицинской группы. Учебно-методическое пособие для студентов и курсантов, Калининград: Изд-во БГАРФ, 2015. в т.ч /электронный ресурс/http://bgarf.ru/academy/biblioteka/ 4.Зайцев А.А. Организация и содержание самостоятельных занятий силовыми упражнениями Методическое. пособие для студентов вузов всех специальностей ФГОУ ВПО "КГТУ". – Калининград, 2015. в т.ч /электронный ресурс/www.klgtu.ru/library/ 5.Луценко С.Я. Физическая культура. Подготовительная часть занятия. Учеб.-метод. пособие для студентов вузов по проведению метод.-практ. занятий по физкультуре - Калининград: КГТУ, 2016. в т.ч /электронный ресурс/www.klgtu.ru/library/ 6.Зайцева В.Ф. Организация и содержание физкультурных пауз на учебных занятиях. Учеб.-метод. пособие для студ. и аспирантов вузов. - Калининград: ФГБОУ ВПО "КГТУ", 2015 в т.ч /электронный ресурс/www.klgtu.ru/library/

4 ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ И ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ МОДУЛЯ

Информационные технологии

В ходе освоения дисциплин модуля, обучающиеся используют возможности интерактивной коммуникации со всеми участниками и заинтересованными сторонами образовательного процесса, ресурсы и информационные технологии посредством электронной информационной образовательной среды университета.

Перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем, к которым обучающимся по образовательной программе обеспечивается доступ (удаленный доступ) определяется в рабочей программе и подлежит обновлению при необходимости.

Электронные образовательные ресурсы:

Российская образовательная платформа и конструктор бесплатных открытых онлайн-курсов и уроков - <https://stepik.org>

Образовательная платформа - <https://openedu.ru/>

Состав современных профессиональных баз данных (СПБД) и информационных справочных систем (ИСС).

1. Основы физической культуры:

База статистических данных по развитию физической культуры и спорта в РФ
<https://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/statisticheskay-inf/>

2. Физическое самосовершенствование:

База методических рекомендаций по производственной гимнастике с учётом факторов трудового процесса Министерства спорта РФ –
<https://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/41/31578>

Официальный сайт студенческого спортивного союза России - <http://www.studsport.ru/>

Официальный сайт FISU - International University Sports Federation -
<http://www.fisu.net/>

3. Практическая подготовка по физической культуре и занятие спортом (электронные курсы)

База статистических данных по развитию физической культуры и спорта в РФ
<https://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/statisticheskay-inf/>

База методических рекомендаций по производственной гимнастике с учётом факторов трудового процесса Министерства спорта РФ –
<https://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/41/31578>

Официальный сайт студенческого спортивного союза России - <http://www.studsport.ru/>

Официальный сайт FISU - International University Sports Federation -

<http://www.fisu.net/>

5 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ МОДУЛЯ

Аудиторные занятия проводятся в специализированных аудиториях с мультимедийным оборудованием, в компьютерных классах, а также в других аудиториях университета согласно расписанию занятий.

Консультации проводятся в соответствии с расписанием консультаций.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

При освоении модуля используется программное обеспечение общего назначения и специализированное программное обеспечение.

Перечень соответствующих помещений и их оснащения приведен в таблице 6.

Таблица 6 – Материально-техническое обеспечение модуля

Наименование дисциплины	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения
Основы физической культуры	г. Калининград, ул. Островского, дом № 4, Физкультурно-оздоровительный комплекс. Зал для тенниса	Оборудование: стол для настольного тенниса (4 шт.)	
	г. Калининград, ул. Островского, дом № 4. Спортивный городок	Оборудование: брусья (5 шт.); лестницы с перекладинами (12 шт.); горизонтальная разновысотная лестница 22 м (1 шт.); горизонтальная лестница 7 м (2 шт.); разновысотные многопролетные перекладины (15 шт.)	
	г. Калининград, ул. Молодежная, д.6, УК-1, ауд. 340 - учебная аудитория для проведения лекционных, практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	Специализированная (учебная) мебель: учебная доска, стол преподавателя, кафедра, парты, стулья. Демонстрационные материалы и оборудование: видеопроектор, белый экран размером 2х2 м.	Типовое ПО на всех ПК 1. Операционная система Windows (получаемая по программе Microsoft "Open Value Subscription") 2. Офисное приложение MS Office (получаемое по программе Microsoft "Open Value Subscription") 3. ПО Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Расширенный Russian Edition. 4. Google Chrome (GNU)
	г. Калининград, ул. Молодёжная, 6, УК-1, ауд. 129 - помещение для самостоятельной работы	Специализированная (учебная) мебель: столы, стулья. Учебное оборудование: компьютеры (10 шт.) с доступом к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации.	Типовое ПО на всех ПК 1. Операционная система Windows (получаемая по программе Microsoft "Open Value Subscription") 2. Офисное приложение MS

Наименование дисциплины	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения
			Office (получаемое по программе Microsoft "Open Value Subscription") 3. ПО Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Расширенный Russian Edition. 4. Google Chrome (GNU) 5. Учебный комплект программного обеспечения КОМПАС-3D v21 6. САБ Ирбис 64 7. MathCAD 2015 9. ИСПС «Консультант Плюс» 10.НЭБ РФ - Национальная электронная библиотека НЭБ 11. Сводная электронная библиотечная система «Лань» 12. ООО ЭБС «Знаниум».
Физическое самосовершенствование	г. Калининград, ул. Островского, дом № 4, Физкультурно-оздоровительный комплекс. Тренажерный зал	Оборудование: блины-диски для т/атлетики 100кг (5 шт.); блок для мышц спины (верхняя тяга, 1 шт.); брусья навесные универсальные со спинкой (1 шт.); горизонтальная гиперэкстензия (1 шт.); комбинированный станок – турник, брусья, пресс; силовой тренажер (1 шт.); скамья горизонтальная А 007 (1 шт.); скамья горизонтальная для жима олимпийской штанги (1 шт.); скамья для прессы регулируемая (1 шт.); снаряд «Доска наклонная» (1 шт.); стойка для штанги регулируемая (1 шт.); стойка	

Наименование дисциплины	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения
		домкратная для пауэрлифтинга со скамьей (1 шт.); стол-бриф (1 шт.); стол для армспорта (2 шт.)	
	г. Калининград, ул. Молодёжная, дом № 3, Игровой зал.	Оборудование: фермы баскетбольные (2 шт.); стойки бадминтонные (2 шт.); тренировочные баскетбольные кольца (4 шт.); стойки волейбольные (2 шт.); шведская стенка (3 шт.); перекладина к шведской стенке (3 шт.); брусья к шведской стенке (3 шт.); скамейки гимнастические (5 шт.); маты гимнастические (8 шт.); сетка для волейбола (2 шт.); ящик для мячей (2 шт.); стеллаж для спортивного инвентаря (1 шт.); корзины для мячей (2 шт.)	
	г. Калининград, ул. Молодёжная, дом № 3, Малый зал.	Оборудование: шведская стенка (1 шт.); перекладина к шведской стенке (1 шт.); брусья к шведской стенке (1 шт.); скамейки гимнастические (2 шт.); зеркала (1800 x 1150 см ² , 2 шт.); мешки боксерские (2 шт.); маты гимнастические (4 шт.)	
	г. Калининград, ул. Островского, дом № 4, Физкультурно-оздоровительный комплекс. Игровой зал	Оборудование: ворота для мини-футбола (4 шт.); щиты баскетбольные (2 шт.); сетка для б/тенниса (1 шт.); сетка волейбольная (1 шт.); стойки волейбольные (2 шт.)	
	г. Калининград, ул. Островского, дом № 4. Стадион	Оборудование: ворота футбольные (2 шт.); колодки стартовые (2 шт.); палочки эстафетные (10 шт.); конусы разделительные (11 шт.)	
	г. Калининград, ул. Молодёжная, 6, УК-1, ауд. 129 - помещение для	Специализированная (учебная) мебель: столы, стулья. Учебное оборудование:	Типовое ПО на всех ПК 1. Операционная система

Наименование дисциплины	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения
	самостоятельной работы	компьютеры (10 шт.) с доступом к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации.	Windows (получаемая по программе Microsoft "Open Value Subscription") 2. Офисное приложение MS Office (получаемое по программе Microsoft "Open Value Subscription") 3. ПО Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Расширенный Russian Edition. 4. Google Chrome (GNU) 5. Учебный комплект программного обеспечения КОМПАС-3D v21 6. САБ Ирбис 64 7. MathCAD 2015 9. ИСПС «Консультант Плюс» 10.НЭБ РФ - Национальная электронная библиотека НЭБ 11. Сводная электронная библиотечная система «Лань 12. ООО ЭБС «Знаниум».
Практическая подготовка по физической культуре и занятии спортом (элективные курсы)	г. Калининград, ул. Молодёжная, дом № 3, Игровой зал.	Оборудование: фермы баскетбольные (2 шт.); стойки бадминтонные (2 шт.); тренировочные баскетбольные кольца (4 шт.); стойки волейбольные (2 шт.); шведская стенка (3 шт.); перекладина к шведской стенке (3 шт.); брусья к шведской стенке (3 шт.); скамейки гимнастические (5 шт.); маты гимнастические (8 шт.); сетка для волейбола (2 шт.); ящик для	

Наименование дисциплины	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения
		мячей (2 шт.); стеллаж для спортивного инвентаря (1 шт.); корзины для мячей (2 шт.)	
	г. Калининград, ул. Молодёжная, дом № 3, Малый зал.	Оборудование: шведская стенка (1 шт.); перекладина к шведской стенке (1 шт.); брусья к шведской стенке (1 шт.); скамейки гимнастические (2 шт.); зеркала (1800 x 1150 см ² , 2 шт.); мешки боксерские (2 шт.); маты гимнастические (4 шт.)	
	г. Калининград, ул. Островского, дом № 4, Физкультурно-оздоровительный комплекс. Игровой зал	Оборудование: ворота для мини-футбола (4 шт.); щиты баскетбольные (2 шт.); сетка для б/тенниса (1 шт.); сетка волейбольная (1 шт.) ; стойки волейбольные (2 шт.)	
	г. Калининград, ул. Островского, дом № 4, Физкультурно-оздоровительный комплекс. Тренажерный зал	Оборудование: блины-диски для т/атлетики 100кг (5 шт.); блок для мышц спины (верхняя тяга, 1 шт.); брусья навесные универсальные со спинкой (1 шт.); горизонтальная гиперэкстензия (1 шт.); комбинированный станок – турник, брусья, пресс; силовой тренажер (1 шт.); скамья горизонтальная А 007 (1 шт.); скамья горизонтальная для жима олимпийской штанги (1 шт.); скамья для прессы регулируемая (1 шт.); снаряд «Доска наклонная» (1 шт.); стойка для штанги регулируемая (1 шт.); стойка домкратная для пауэрлифтинга со скамьей (1 шт.); стол-бриф (1 шт.); стол для армспорта (2 шт.)	
	г. Калининград, ул. Островского, дом № 4, Физкультурно-	Оборудование: стол для настольного тенниса (4 шт.)	

Наименование дисциплины	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения
	оздоровительный комплекс. Зал для тенниса		
	г. Калининград, ул. Островского, дом № 4. Стадион	Оборудование: ворота футбольные (2 шт.); колодки стартовые (2 шт.); палочки эстафетные (10 шт.); конусы разделительные (11 шт.)	
	г. Калининград, ул. Островского, дом № 4. Спортивный городок	Оборудование: брусья (5 шт.); лестницы с перекладинами (12 шт.); горизонтальная разновысотная лестница 22 м (1 шт.); горизонтальная лестница 7 м (2 шт.); разновысотные многопролетные перекладины (15 шт.)	

6 ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ АТТЕСТАЦИИ, СИСТЕМА ОЦЕНИВАНИЯ И КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ

6.1 Типовые контрольные задания и иные материалы, необходимые для оценки результатов освоения дисциплин (в т.ч. в процессе их освоения), а также методические материалы, определяющие процедуры этой оценки приводятся в приложении к рабочей программе модуля.

6.2 Универсальная система оценивания результатов обучения включает в себя системы оценок: 1) «зачтено», «не зачтено»; 2) 100 – балльную/процентную систему и правило перевода оценок в пятибалльную систему (табл. 7).

Таблица 7 – Система оценок и критерии выставления оценки

Система оценок Критерий	2	3	4	5
	0-40%	41-60%	61-80 %	81-100 %
	«не зачтено»	«зачтено»		
1 Системность и полнота знаний в отношении изучаемых объектов	Обладает частичными и разрозненными знаниями, которые не может научно- корректно связывать между собой (только некоторые из которых может связывать между собой)	Обладает минимальным набором знаний, необходимым для системного взгляда на изучаемый объект	Обладает набором знаний, достаточным для системного взгляда на изучаемый объект	Обладает полнотой знаний и системным взглядом на изучаемый объект
2 Работа с информацией	Не в состоянии находить необходимую информацию, либо в состоянии находить отдельные фрагменты информации в рамках поставленной задачи	Может найти необходимую информацию в рамках поставленной задачи	Может найти, интерпретировать и систематизировать необходимую информацию в рамках поставленной задачи	Может найти, систематизировать необходимую информацию, а также выявить новые, дополнительные источники информации в рамках поставленной задачи
3.Научное осмысление изучаемого явления, процесса, объекта	Не может делать научно корректных выводов из имеющихся у него сведений, в состоянии проанализировать только некоторые из имеющихся у него сведений	В состоянии осуществлять научно корректный анализ предоставленной информации	В состоянии осуществлять систематический и научно корректный анализ предоставленной информации, вовлекает в исследование новые релевантные	В состоянии осуществлять систематический и научно-корректный анализ предоставленной информации, вовлекает в исследование новые релевантные по-

Система оценок Критерий	2	3	4	5
	0-40%	41-60%	61-80 %	81-100 %
	«не зачтено»	«зачтено»		
			задаче данные	ставленной задаче данные, предлагает новые ракурсы поставленной задачи
4. Освоение стандартных алгоритмов решения профессиональных задач	В состоянии решать только фрагменты поставленной задачи в соответствии с заданным алгоритмом, не освоил предложенный алгоритм, допускает ошибки	В состоянии решать поставленные задачи в соответствии с заданным алгоритмом	В состоянии решать поставленные задачи в соответствии с заданным алгоритмом, понимает основы предложенного алгоритма	Не только владеет алгоритмом и понимает его основы, но и предлагает новые решения в рамках поставленной задачи

6.3 Оценивание результатов обучения может проводиться с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

При оценивании результатов обучения также могут применяться бесплатные мобильные приложения. Например, Pacer (шагомер) и Strava (социальная сеть, используемая для контроля тренировок).

7 СВЕДЕНИЯ О РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ И ЕЕ СОГЛАСОВАНИИ

Рабочая программа модуля «Физическая культура и спорт» представляет собой компонент основной профессиональной образовательной программы специалитета по специальности 26.05.05 Судовождение, специализация «Промысловое судовождение».

Рабочая программа модуля разработана управлением разработки образовательных программ и стратегического планирования совместно с кафедрой физической культуры.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании методической комиссии кафедры физической культуры (протокол № 7 от 11.04.2023 г.).

Заведующий кафедрой  А.А. Зайцев

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры судовождения и безопасности мореплавания (протокол №5 от 21.04.2023).

И.о. заведующего кафедрой



В.А. Бондарев

Директор института



С.В. Ермаков