

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«КУЗБАССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Т.Ф. ГОРБАЧЕВА»**

филиал КузГТУ в г. Прокопьевске

УТВЕРЖДАЮ
Директор филиала

Е.Ю. Пудов

« 24 » 05 2024 г.

Рабочая программа дисциплины

Физическая культура

Специальность "21.02.17 Подземная разработка
месторождений полезных ископаемых"

Присваиваемая квалификация
"Специалист по горным работам"

Формы обучения
очная

Прокопьевск 2024г.

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры технологии и комплексной механизации горных работ

Протокол № 9 от «25» 04 2024 г.

Заведующий кафедрой
Технологии и комплексной механизации
горных работ



В.Н. Шахманов

Согласовано учебно-методической комиссией
Протокол № 10 от «24» 05 2024 г.

Председатель учебно-методической комиссией



Е.С. Голикова

1. Общая характеристика рабочей программы дисциплины

1.1 Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Физическая культура» является частью социально-гуманитарного цикла (СГ) основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 21.02.17 Подземная разработка месторождений полезных ископаемых.

Учебная дисциплина «Физическая культура» обеспечивает формирование профессиональных и общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС по специальности 21.02.17 Подземная разработка месторождений полезных ископаемых.

1.2 Цель и планируемые результаты освоения дисциплины, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

В результате освоения дисциплины «Физическая культура» обучающийся должен **знать \ понимать:**

- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни;
- условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;
- средства профилактики перенапряжения
- психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности

уметь:

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; - применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;
- пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности
- организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности

В результате освоения дисциплины обучающийся должен овладеть общими (ОК) компетенциями:

Коды формируемых ПК, ОК	Содержание компетенции
ОК.04	Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК.08	Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.
ПК 3.3.	Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

2. Структура и содержание учебной дисциплины

2.1 Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	152
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	104
в том числе:	
- лекционные занятия	8
- практические занятия	96
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	44
в том числе:	
<ul style="list-style-type: none">• Занятий в секциях по видам спорта, группах ОФП и ЛФК• Подготовка к сдаче норм ГТО.• осуществление контроля за состоянием здоровья (в динамике);• отработка приемов оказания первой медицинской помощи при травмах;• изучение правил техники безопасности при выполнении физических упражнений;• отработка приемов оказания доврачебной помощи пострадавшему.• освоение самоконтроля при занятиях физической культуры• Составление кроссвордов, рефератов и конспектов на темы: «Физическая культура и спорт, оздоровительная физическая культура, лечебная физическая культура, ЗОЖ, самостоятельные занятия (индивидуальная тренировка), профилактика вредных привычек и производственно прикладной физической культуры (ППФК)».	
Промежуточная аттестация	4
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины СГ.04 «Физическая культура»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Формируемые компетенции
1	2	3	4
Раздел 1. Физическая культура и основы здорового образа жизни			
Тема 1. 1. Введение. Теория физической культуры.	Содержание	6	
	Теоретическое занятие	6	2
	<p>Техника безопасности. Правила поведения студентов в спортивном зале, на стадионе. Современные оздоровительные системы физического воспитания, их роль в формировании здорового образа жизни, сохранении творческой активности и долголетия, предупреждении профессиональных заболеваний и вредных привычек, поддержании репродуктивной функции. Основы законодательства Российской Федерации в области физической культуры, спорта, туризма, охраны здоровья. Производственно - прикладная физическая культура. Оздоровительные мероприятия по восстановлению организма и повышению работоспособности: гимнастика при занятиях умственной и физической деятельностью. Лечебная физическая культура.</p> <p>Физическая культура и спорт как социальные явления, как явления культуры. Физическая культура личности человека, физическое развитие, физическое воспитание, физическая подготовка и подготовленность, самовоспитание. Сущность и ценности физической культуры. Влияние занятий физическими упражнениями на достижение человеком жизненного успеха.</p> <p>Социально-биологические основы физической культуры Совокупность факторов, определяющих состояние здоровья. Роль регулярных занятий физическими упражнениями в формировании и поддержании здоровья. Компоненты здорового образа жизни. Роль и место физической культуры и спорта в формировании здорового образа и стиля жизни. Двигательная активность человека, её влияние на основные органы и системы организма. Оценка двигательной активности человека и формирование оптимальной двигательной активности в зависимости от образа жизни человека. Формы занятий физическими упражнениями в режиме дня и их влияние на здоровье. Коррекция индивидуальных нарушений здоровья, в том числе, возникающих в процессе профессиональной деятельности, средствами физического воспитания.</p> <p>Основы здорового образа и стиля жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья Здоровье человека как ценность и как фактор достижения жизненного успеха. Совокупность факторов, определяющих состояние здоровья. Роль регулярных занятий физическими упражнениями в формировании и поддержании здоровья. Компоненты здорового образа жизни. Роль и место физической культуры и спорта в формировании здорового образа и стиля жизни.</p> <p>Формы занятий физическими упражнениями в режиме дня и их влияние на здоровье. Коррекция индивидуальных нарушений здоровья, в том числе, возникающих в процессе профессиональной деятельности, средствами физического воспитания.</p> <p>Пропорции тела, коррекция массы тела средствами физического воспитания</p>		ОК 04 ОК 08 ПК. 3.3
Раздел 2. Лёгкая атлетика		30	
Тема 2.1. Бег на короткие и средние дистанции	Содержание		
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике 2. Техника бега на короткие дистанции с низкого, среднего и высокого старта 3. Техника бега на средние дистанции. 		ОК 04 ОК 08 ПК. 3.3

	В том числе практических занятий	14	
	Техника беговых упражнений Совершенствование техники высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования Совершенствование техники бега на дистанции 30 м., 60 м., контрольный норматив Совершенствование техники бега на 400 м., контрольный норматив Овладение техникой старта, стартового разбега, финиширования Овладение техникой бега на средние дистанции К.Н.: 500 метров – девушки, 1000 метров – юноши	6	
Тема 2.2. Прыжок в длину с разбега способом «согнут ноги». Метание снарядов	Содержание		
	1. Техника прыжка в длину с разбега способом «согнут ноги»		
	2. Техника метания снарядов		
	В том числе практических занятий	4	
	Техника прыжка в длину с разбега способом «согнут ноги» с 3 – х, 5 – ти, 7 – и беговых шагов Выполнение техники прыжка в длину с разбега, контрольный норматив Техника метания снарядов Выполнение техники метания снарядов, контрольный норматив		
Тема 2.3. Кроссовая подготовка. Эстафетный бег.	Содержание		
	1. Техника эстафетного бега.		
	2. Техника бега на длинные дистанции		
	3. Кроссовый бег 2 км, 3 км		
	В том числе практических занятий	12	
	Овладеть техникой высокого старта, стартового разбега, финиширования. Совершенствование техники бега на длинные дистанции Кроссовая подготовка 30 минутный бег Техника бега на дистанции 2000 м, контрольный норматив (девушки) Техника бега на дистанции 3000 м, контрольный норматив (юноши) Совершенствование техники передачи эстафетной палочки Закрепление техники передачи эстафетной палочки и бега на эстафетном этапе, контрольный норматив		
	<i>Самостоятельная работа обучающихся</i> Подготовка к соревновательной деятельности; совершенствование техники упражнений в беге на короткие, средние и длинные дистанции; прыжках в длину с разбега	6	
Раздел 3. Атлетическая гимнастика, работа на тренажерах. Гиревой спорт		18	
Тема 3.1. Атлетическая гимнастика, работа на тренажерах. Гиревой спорт	Содержание		ОК 04 ОК 08 ПК. 3.3
	1. Техника безопасности на занятия в тренажерном зале		
	2. Техника выполнения упражнений на укрепление мышц		
	3. Развитие силовых качеств		
	4. Совершенствование техники рывка гири одной рукой.		
	В том числе практических занятий	18	

	<p>«Техника безопасности при выполнении упражнений».</p> <p>«Атлетическая гимнастика» индивидуально подобранные комплексы упражнений с дополнительным отягощением локального и избирательного воздействия на основные мышечные группы. Техника рывка и толчка гири.</p> <p>«Гиревой спорт» индивидуально подобранные композиции из дыхательных, силовых и скоростно-силовых упражнений, комплексы упражнений на растяжение и напряжение мышц. Рыков гири одной рукой. Упражнения для совершенствования специальной гибкости гиревика; для повышения физической выносливости гиревика. Упражнение рывок. Комплексы упражнений с гантелями с индивидуально подобранной массой. Выполнение упражнений для развития различных групп мышц. Круговая тренировка на 5 - 6 станций</p> <p><i>Самостоятельная работа обучающихся</i> Индивидуально - ориентированные здоровьесберегающие технологии: гимнастика при умственной и физической деятельности: комплексы упражнений адаптивной физической культуры: оздоровительная ходьба и бег. Ритмическая гимнастика: индивидуально подобранные композиции из упражнений, выполняемых с разной амплитудой, траекторией, ритмом, темпом, пространственной точностью.</p>		
		4	
Раздел 4. Баскетбол		36	
Тема 4.1. Техника выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места	Содержание		ОК 04 ОК 08 ПК. 3.3
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Техника безопасности на занятиях по баскетболу 2. Техника перемещения в баскетболе 3. Техника владения мячом 		
	В том числе практических занятий	8	
	<p>Стойки, прыжки, остановка, повороты. Ходьба, бег с изменением направления, скорости, приставные шаги, передвижение спиной вперёд – без мяча, и с мячом. Основные функции игроков.</p> <p>Овладение техникой ловли и передачи мяча, ведения мяча, броска мяча с места.</p> <p>Ловля и передача мяча: на месте, в движении. В парах, тройках, «восьмёрка».</p> <p>Передача мяча: одной, двумя руками, от плеча, от груди, с отскоком о пол.</p> <p>Закрепление техники ведения и передачи мяча в баскетболе</p> <p>Броски из-под щита. Броски с места, с отражением от щита. Броски в движении 2 - х, 3 - х очковые (с отражением от щита, с различных дистанций).</p>		
Тема 4.2. Техника выполнения ведения и передачи мяча в движении, «ведение – 2 шага – бросок»	Содержание		
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Техника ведения и передачи мяча в движении и броска мяча в кольцо – «ведение – 2 шага – бросок» 		
	В том числе практических занятий	12	
	<p>Совершенствование техники выполнения ведения мяча, передачи.</p> <p>Совершенствование техники ведения и передачи мяча в движении, выполнения упражнения «ведение – 2 шага – бросок»</p>		
Тема 4.3. Техника выполнения штрафного броска. Техника игры в защите.	Содержание		
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Техника выполнения штрафного броска. 2. Техника игры в защите. 3. Применение правил игры в баскетболе в учебной игре 		
	В том числе практических занятий	6	
	<p>Совершенствование техники выполнения штрафного броска, ведение, ловля и передача мяча в колонне и кругу</p> <p>Совершенствование техники выполнения перемещения в защитной стойке баскетболиста</p> <p>Техника и тактика игры в защите.</p>		
Тема 4.4. Совершенствование техники владения мя-	Содержание		
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Техника владения мячом 		

чом	В том числе практических занятий	10	
	Выполнение контрольных нормативов: «ведение – 2 шага – бросок» Штрафной бросок Совершенствование технических элементов в учебной игре		
	<i>Самостоятельная работа обучающихся</i> Подготовка к соревновательной деятельности; совершенствование техники упражнений и совершенствование технических приемов и командно-тактических действий.	6	
Раздел 5. Волейбол		24	ОК 04 ОК 08 ПК. 3.3
Тема 5.1. Техника перемещений, стоек, техника верхней и нижней передачи двумя руками	Содержание		
	1. Техника безопасности на занятиях по волейболу 2. Техника перемещений в волейболе 3. Техника верхней и нижней передачи двумя руками		
	В том числе практических занятий	4	
	Стойка игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.). Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения). Совершенствование техники перемещения, исходное положение. Стойки, перемещения: бегом, приставным шагом, двойной шаг, скачек прыжки. Выход на прием мяча: с подачи; с нападающего удара. Учебно-тренировочная игра. Прием мяча сверху и снизу в сочетании с перемещениями в различных направлениях Передача мяча над собой, во встречных колоннах. Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели. Варианты техники приема и передач мяча. Передача мяча над собой двумя руками на высоту 1,5 – 2 м: 12 передач - юноши; 10 передач девушки - текущий контроль.		
Тема 5.2. Техника нижней и верхней подачи и приёма после неё. Техника подачи мяча.	Содержание		
	1. Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая. 2. Техника нижней подачи и приёма после неё		
	В том числе практических занятий	6	
	Закрепление техники нижней подачи мяча Совершенствование техники нижней подачи мяча Закрепление техники верхней подачи мяча. Верхняя подача мяча – планирующая; кручёная; боковая планирующая; нижняя подача мяча – прямая. Совершенствование техники верхней подачи мяча Отработка техники нижней и верхней подачи и приёма после неё		
Тема 5.3. Техника прямого нападающего удара. Блокирование	Содержание		
	1. Техника прямого нападающего удара 2. Блокирование нападающего удара (одиночное и групповое)		
	В том числе практических занятий	8	
	Отработка техники прямого нападающего удара Нападение – разбег, на прыжке, взлёт, замах, удар. Нападающий удар – по диагонали, в линию. Нападающий удар с I линии (зона 2,4,3); со II линии (зона 1,5, 6) Прием нападающих ударов. Учебно – тренировочная игра. Правила и судейство нападающего удара. Блокирование нападающего удара. Страховка у сетки. Одиночное и групповое блокирование. Подготовка, выполнение, проводка. Сосредоточить внимание на связующем, затем на нападающем. Встать напротив нападающего, широко расставить пальцы, согнуть колени, поднять руки. Учебно – тренировочная игра. Правила и судейство блокирова-		

	ния.			
Тема 5.4. Совершенствование техники владения волейбольным мячом	Содержание			
	1. Техника владения техническими элементами в волейболе			
	В том числе практических занятий	6		
	Приём контрольных нормативов: передача мяча над собой снизу, сверху. Приём контрольных нормативов: подача мяча на точность по ориентирам на площадке Учебная игра с применением изученных элементов техники <i>Самостоятельная работа обучающихся</i> Подготовка к соревновательной деятельности; совершенствование техники упражнений и совершенствование технических приемов и командно-тактических действий.	6		
Раздел 6. Настольный теннис		12	ОК 04 ОК 08 ПК. 3.3	
Тема 6.1. Техника игры в настольный теннис	Содержание			
	1. Техника безопасности на занятиях по настольному теннису 2. Совершенствование техники игры в настольный теннис			
	В том числе практических занятий	2		
	Правила настольного тенниса. Судейство в настольном теннисе. Тактические действия. Стойка игрока. Способы держания ракетки. Передвижения. Шаги приставные, шаги выпады. Упражнения с мячом и ракеткой: жонглирование мячом, одним, двумя, работа парами. Хват ракетки: азиатский, европейский. Техника подачи мяча: маятник, челнок, веер, бумеранг. Техника передвижения у стола: старт из И.П., передвижение к мячу; работа ног при выполнении удара, выход из удара, занятие новой позиции. Двусторонняя игра.			
Тема 6.2. Техника подачи мяча. Техника подач и приёма мяча	Содержание			
	1. Совершенствование подачи мяча. Правила подачи и приема мяча 2. Совершенствование техники подач и приёма мяча			
	В том числе практических занятий	6		
	Подача: длинная, короткая, накатом, подрезкой, по линии, по диагонали, с разных углов стола (с последующим перемещением на прием мяча) Прием этих подач. Упражнение «треугольник», (один игрок поочередно направляет мяч в разные стороны стола), игра обеими сторонами ракетки. Упражнение «восьмерка» (оба игрока поочередно направляют мяч в разные стороны стола), игра обеими сторонами ракетки. подача – прием – подача, игра в «треугольник», «восьмерку». Правила судейства, судейство.			
Тема 6.3. Техника ударов по мячу	Содержание			
	1. Совершенствование техники ударов по мячу 2. Совершенствование техники атакующих ударов. 3. Двусторонняя игра с отработкой разученных элементов техники			
	В том числе практических занятий	4		
	Совершенствование техники ударов по мячу. Промежуточные удары - толчок, срезка (подрезка), накат; Удары по мячу правой, левой стороной ракетки. Игры, одним (двумя) ударами из одной точки в одном, двух, трех направлениях; игра одним видом ударов из двух, трех точек в разных направлениях. Совершенствование техники атакующих ударов. Выбор места подхода к мячу, своевременный выход. Замах, удар: плоский удар – без вращения, толчком; накатом – справа, слева; подрезка – справа в наивысшей точке, слева по отскакивающему мячу, встречное движение. Двусторонняя игра с отработкой разученных элементов техники. <i>Самостоятельная работа обучающихся</i> Подготовка к соревновательной деятельности; совершенствование техники упражнений и совершенствование технических приемов и командно-тактических действий.	4		
Раздел 7. Лыжная подготовка		14		

Тема 7.1. Техника попеременного двухшажного хода в лыжных гонках	Содержание Лыжная подготовка (в случае отсутствия снега может быть заменена кроссовой подготовкой)		ОК 04 ОК 08 ПК. 3.3
	1. Техника безопасности на занятиях по лыжной подготовке 2. Техника попеременных лыжных ходов		
	В том числе практических занятий	2	
	Техника безопасности на занятиях лыжным спортом. Характерные травмы в лыжном спорте. Причины, вызывающие травматизм и обморожения. Профилактика травматизма: требования к местам занятий, инвентарю и одежде, организация и методика проведения занятий, учет погодных условий. Выбор, оборудование и подготовка лыжного инвентаря. Виды лыжного инвентаря и их характеристика, выбор, оборудование. Обработка (подготовка) пластиковых и деревянных лыж. Смазка пластиковых и деревянных лыж. Строевая подготовка с лыжами и на лыжах. Повороты на лыжах: переступанием, махом, прыжком. Совершенствование одноопорного скольжения и толчка ногами в попеременном двухшажном ходе. Совершенствование техники попеременного двухшажного хода в целом.		
Тема 7.2. Техника одновременных ходов в лыжных гонках	Содержание		
	1. Техника одновременных лыжных ходов		
	В том числе практических занятий	2	
	Строевая подготовка с лыжами и на лыжах. Повороты на лыжах: переступанием, махом, прыжком. Изучение техники одновременных ходов (одновременный бесшажный, одношажный, одновременный двухшажный) Переход с одновременных лыжных ходов на попеременные. Переход с хода на ход в зависимости от условий дистанции и состояния лыжни.		
Тема 7.3. Техника конькового хода	Содержание		
	1. Техника конькового хода		
	В том числе практических занятий	4	
	Полуконьковый и коньковый ход.		
Тема 7.4. Способы торможения в лыжных гонках.	Содержание		
	1. Повороты, торможения, прохождение спусков		
	2. Преодоление подъемов и неровностей в лыжных гонках		
	В том числе практических занятий	2	
	Строевая подготовка с лыжами и на лыжах. Повороты на лыжах: переступанием, махом, прыжком. Изучение спусков с гор в средней (основной), высокой и низкой стойках. Изучение подъемов ступающим скользящим и беговым шагом. Изучение поворотов в движении (переступанием, «плугом», упором, на параллельных лыжах). Изучение техники торможений (плугом, упором, падением)		
Тема 7.5. Прохождение дистанции до 3 км (девушки) и до 5 км (юноши).	Содержание		
	1. Лыжный поход до 5 км		
	2. Прохождение дистанции до 3 км (девушки) и до 5 км (юноши).		
	В том числе практических занятий	4	
	Передвижение по пересечённой местности. Элементы тактики лыжных гонок: распределение сил, лидирование, обгон, финиширование и др. Основные элементы тактики в лыжных гонках. Лыжный поход до 5 км. Прохождение дистанции до 3 км (девушки) и до 5 км (юноши).		

	<i>Самостоятельная работа обучающихся</i> Подготовка к соревновательной деятельности; совершенствование техники упражнений передвижения на лыжах.	6	
Раздел 8. ГТО		12	ОК 04 ОК 08 ПК. 3.3
Тема 8.1. Техника выполнения упражнений комплекса ГТО	Содержание		
	1. Техника выполнения упражнений комплекса ГТО		
	В том числе практических занятий	12	
	Техника выполнения упражнений и подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) норм комплекса ГТО.		
	<i>Самостоятельная работа обучающихся</i> -силовые упражнения, выполнение упражнений. Техническая и тактическая подготовка в национальных видах спорта.	4	3
Промежуточная аттестация.			
		Всего:	152

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Требования к материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины осуществляется в спортивном, тренажерном, теннисном залах и на открытой площадке с элементами полосы препятствий.

Универсальный спортивный зал (№ 237; 239; 229; 231; 233; 235)

- Ворота мини-футбольные, с сеткой;
- Щит баскетбольный с корзиной и сеткой мастерское АРТ-1307;
- Стойки волейбольные "Олимпийские"
- Волейбольная сетка;
- Табло универсальное электронное №3 БТ-5р;
- Скамейка гимнастическая;
- Мат гимнастический;
- Мяч баскетбольный;
- Мяч волейбольный;
- Скакалки;
- Мяч футбольный;
- Секундомер электронный.

Технические средства обучения:

- музыкальный центр, выносные колонки, микрофон, компьютер, мультимедийный проектор, экран для обеспечения возможности демонстрации комплексов упражнений;
- электронные носители с записями комплексов упражнений для демонстрации на экране;
- раздевалки с душевыми кабинами.

Стрелковый тир (не стационарный)

- Мишени;
- Звукоизоляция;
- Пневматическая винтовка;
- Электронная винтовка.

Программное обеспечение:

- Libre Office – Writer
Impress
Calc
- 7-Zip
- AIMP
- STDU Viewer
- Power Point Viewer
- Flash Player.

Учебная аудитория для проведения занятий всех видов, предусмотренных образовательной программой, в том числе групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации

Тренажерный зал (№ 138)

- Велотренажер спин-байк BODY BC-4610;
- Велотренажер BODY BC-7200DK-H;
- Велотренажер BODY BC-5430;
- Велотренажер BODY BC-5310;
- Беговая дорожка электрическая BODY BT-6200K;
- Механическая беговая дорожка BODY BT-2600 ;
- Механическая беговая дорожка BODY BT-2700C;
- Степпер BODY BS-2400;
- Мини степпер BODY SC-S007;
- Силовая скамья TORNEO G-404;
- Скамья для пресса BODY BSB-510D;

- Силовая скамья BODY BW-3220;
- Тренажер эллиптический TORNEO C-307;
- Силовая станция BODY BMG-4300TC;
- Штанга с блинами разного веса;
- Штанга с блинами разного веса винтовой замок;
- Гантель сборная 20 кг;
- Гантель 5 кг;
- Гири спортивные 16 кг;
- Гири спортивные 24 кг;
- Стенка шведская 800-2800 мм;
- Тренажер-перекладина навесная на шведскую стенку;
- Зеркало панорамное;
- Скакалки;
- Обручи.

Учебная аудитория для проведения занятий всех видов, предусмотренных образовательной программой, в том числе групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации

Теннисный зал (№230; 232)

- Зеркало панорамное;
- Столы теннисные "ADIDAS" Ti-Basic;
- Набор для настольного тенниса;
- Доски шахматные;
- Набор для шахмат;
- Набор для шашек;
- Столы;
- Часы шахматные электронные.

Учебная аудитория для проведения занятий всех видов, предусмотренных образовательной программой, в том числе групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации

Лыжная база (№123)

- Лыжехранилище, мастерские для мелкого ремонта лыжного инвентаря и теплыми раздевалками;
 - Беговые лыжи SABLE-XC tourc с креплением SALOMON-SNS PROFIL с лыжными палками;
 - Беговые лыжи SORSU fusion с креплением SALOMON-SNS PROFIL с лыжными палками;
 - Ботинки ЭФСИ-246S SNS PROFIL;
 - Беговые лыжи FISHER SK SKATEGUT с креплением FISHER SK Auto T3 Silver NNN с лыжными палками;
 - Беговые лыжи FISHER SK COMBI с креплением FISHER SK Auto T3 Silver NNN с лыжными палками;
 - Беговые лыжи SALOMON Eguire 6 COMBI с креплением FISHER SK Auto T3 Silver NNN с лыжными палками;
 - Ботинки FISHER RC3 SKATING;
 - Ботинки FISHER RC3 COMBI;
 - Ботинки FISHER XC CONTROL MY STYLE WOMEN;
 - Беговые лыжи Larsen Active с креплением NN 75;
 - Ботинки SABO-ЛБ04-00;
 - учебно-тренировочные лыжни и трассы спусков на склонах, отвечающие требованиям безопасности; лыжный инвентарь (лыжи, ботинки, лыжные палки, лыжные мази и т.п.).
- Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий
- ров;
 - лабиринт;
 - бревно;
 - рукоход;
 - разрушенный мост;
 - разрушенная лестница;

- одиночный окоп;
- забор с наклонной доской;
- стенка с двумя проломами;
- кольца баскетбольные;
- стойки волейбольные;
- секция для прыжков в длину;
- яма прыжковая;
- беговая дорожка 75 м - 5 шт.

3.2 Информационное обеспечение обучения

21.02.17 Подземная разработка месторождений полезных ископаемых, утвержденный приказом РФ от 12.05.2014 № 496.

3.2.1 Перечень нормативно-правовых источников:

1. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 21.02.15 «Открытые горные работы», утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 496 от 12 мая 2014 года;
2. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 14.06.2013 № 464 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам среднего профессионального образования»;
4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 15 декабря 2014г. № 1580 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам среднего профессионального образования от 14 июня 2013 г. № 464»;
5. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования»;
6. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 декабря 2014 г. № 1645 «О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования»;
7. Приказ Министерства образования и науки РФ от 31 декабря 2015 г. № 1578 «О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования»;
8. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 июня 2017 г. № 613 «О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования»;
9. Письмо Министерства образования и науки РФ от 17 марта 2015 г. № 06-259 «О направлении разработанных рекомендаций по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования»;
10. Приказ Минобрнауки России от 18.04.2013 г. № 291 «Положение о практике обучающихся, осваивающих основные профессиональные образовательные программы среднего профессионального образования»;
11. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 16 августа 2013 г. N 968 г. «Об утверждении Порядка проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам среднего профессионального образования»;
12. Методические рекомендации по организации выполнения и защиты выпускной квалификационной работы в образовательных организациях, реализующих образовательные программы средне-

го профессионального образования по программам подготовки специалистов среднего звена, направленные письмом Минобрнауки России от 20 июля 2015 г. № 06-846;

13. Положение о филиале КузГТУ в г. Прокопьевске;
14. Положение о порядке государственной итоговой аттестации выпускников среднего профессионального образования филиала КузГТУ в г. Прокопьевске;
15. Положение о фонде контрольно-оценочных средств по учебным дисциплинам и профессиональным модулям среднего профессионального образования;
16. Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации студентов, обучающихся по программам СПО и другие локальные акты.

3.2.2. Перечень основных учебных изданий:

Основные источники:

1. Бишаева, А. А. Физическая культура : учебник для образовательных учреждений СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования / А. А. Бишаева. – 6-е изд. стер. – Москва : Академия, 2020. – 320 с. – (Профессиональное образование). – URL: <https://academia-library.ru/catalogue/4831/452492/>. – Текст : электронный.

Дополнительная литература

1. Аллянов, Ю.Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю.Н. Аллянов, И.А. Письменный. — 3-е изд., испр. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02309-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/471143>.
2. Жданкина, Е. Ф. Физическая культура. лыжная подготовка.: учебное пособие для СПО / Жданкина Е. Ф., Добрынин И. М. ; под науч. ред. Новаковского С.В.. – Москва : Юрайт, 2020. – 125 с. – ISBN 978-5-534-10154-6. – URL: <https://urait.ru/book/fizicheskaya-kultura-lyzhnaya-podgotovka-453245>. – Текст : электронный.
3. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/469681>.
4. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 2. Олимпийские зимние игры : учебное пособие для среднего профессионального образования / Г.Н. Германов, А.Н. Корольков, И.А. Сабирова, О.И. Кузьмина. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 493 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10352-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/475601>.
5. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 3. Паралимпийские игры : учебное пособие для среднего профессионального образования / О.И. Кузьмина, Г.Н. Германов, Е.Г. Цуканова, И.В. Кулькова ; под общей редакцией Г.Н. Германова. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 531 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-12100-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/475739>.
6. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 1. Игры олимпиад : учебное пособие для среднего профессионального образования / Г.Н. Германов, А.Н. Корольков, И.А. Сабирова, О.И. Кузьмина. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 793 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10350-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/475600>.
7. Физическая культура : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е.В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е.В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 599 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13554-

1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/475342>.

3.2.3 Электронные ресурсы

1. Всероссийская федерация лёгкой атлетики. Режим доступа: <https://rusathletics.info/>.
2. Единое окно доступа к образовательным ресурсам. Электронная библиотека [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <http://window.edu.ru/window>, свободный. — Загл. с экрана.
3. Национальная электронная библиотека (НЭБ). Режим доступа: <https://rusneb.ru/>.
4. Официальный сайт ГТО России [Электронный ресурс]. - Режим доступа Web: <http://www.gto.ru>
5. Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации. Форма доступа: <https://www.minsport.gov.ru>
6. Официальный сайт Олимпийского комитета России. Форма доступа: <https://www.olympic.ru>
7. Федеральный портал «Российское образование». Форма доступа: <https://www.edu.ru>

4. Организация самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельная работа обучающихся осуществляется в объеме, установленном в разделе 2 настоящей программы дисциплины (модуля).

Для самостоятельной работы обучающихся предусмотрены специальные помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно телекоммуникационной сети «Интернет» с обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду КузГТУ.

6. Иные сведения и (или) материалы

При осуществлении образовательного процесса применялись следующие образовательные технологии:

- традиционная;
- интерактивная.