

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФГБОУ ВО Чурапчинский государственный институт физической культуры и спорта

УТВЕРЖДАЮ

Ректор

_____ И.И. Готовцев

_____ 2022 г.

Техника безопасности на уроках ФК рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **спортивной подготовки и национальных видов спорта**

Учебный план 49.03.01 ФК ОФО 1 курс.plx
Направление 49.03.01 Физическая культура

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **2 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 72
в том числе:
аудиторные занятия 34
самостоятельная работа 37,8

Виды контроля в семестрах:
зачеты 2

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	2 (1.2)		Итого	
	Неделя			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	17	17	17	17
Практические	17	17	17	17
Контактная работа на промежуточную аттестацию	0,2	0,2	0,2	0,2
Итого ауд.	34	34	34	34
Контактная работа	34,2	34,2	34,2	34,2
Сам. работа	37,8	37,8	37,8	37,8
Итого	72	72	72	72

Программу составил(и):

Рецензент(ы):

Рабочая программа дисциплины
Техника безопасности на уроках ФК

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (приказ Минобрнауки России от 16.10.2017 г. № 940)

составлена на основании учебного плана:

Направление 49.03.01 Физическая культура

утвержденного учёным советом вуза от 27.01.2018 протокол № 5.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры
спортивной подготовки и национальных видов спорта

Протокол от _____ 2022 г. № ____

Срок действия программы: 2022-2026 уч.г.

Зав. кафедрой Макарова Татьяна Алексеевна

Председатель НМС УГН(С)

24.05.2022 г.

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель УМО Коркин Е.В.

__ _____ 2023 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2023-24 учебном году на заседании кафедры

Протокол от __ _____ 2023 г. № __
Зав. кафедрой

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель УМО

__ _____ 2024 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в _____ учебном году на заседании кафедры

Протокол от __ _____ г. № __
Зав. кафедрой

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель УМО

__ _____ 2025 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в _____ учебном году на заседании кафедры

Протокол от __ _____ г. № __
Зав. кафедрой

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Председатель УМО

__ _____ 2026 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в _____ учебном году на заседании кафедры

Протокол от __ _____ г. № __
Зав. кафедрой

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Изучение дисциплины направлено на приобретение студентом знаний, умений и навыков или опыта деятельности, что в целом отражает сформированность определенных компетенций, включающих в себя и знания, и умения, и проявляющиеся в практической деятельности.
-----	--

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:	Б1.В.ДЭ.09
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Анатомия человека
2.1.2	Естественнонаучные основы физической культуры
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Техника безопасности на тренировках

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

УК-8: Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций

Знать:

Уровень 1	Частично знает условия безопасной и комфортной образовательной среды, способствующей сохранению жизни и здоровья обучающихся в соответствии с их возрастными особенностями и санитарно-гигиеническими нормами
Уровень 2	В достаточном объеме знает условия безопасной и комфортной образовательной среды, способствующей сохранению жизни и здоровья обучающихся в соответствии с их возрастными особенностями и санитарно-гигиеническими нормами
Уровень 3	В полном объеме знает условия безопасной и комфортной образовательной среды, способствующей сохранению жизни и здоровья обучающихся в соответствии с их возрастными особенностями и санитарно-гигиеническими нормами

Уметь:

Уровень 1	Частично умеет обеспечивать условия безопасной и комфортной образовательной среды, способствующей сохранению жизни и здоровья обучающихся в соответствии с их возрастными особенностями и санитарно-гигиеническими нормами, обеспечивать безопасность обучающихся и оказывать первую помощь, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций
Уровень 2	В достаточном объеме умеет обеспечивать условия безопасной и комфортной образовательной среды, способствующей сохранению жизни и здоровья обучающихся в соответствии с их возрастными особенностями и санитарно-гигиеническими нормами, обеспечивать безопасность обучающихся и оказывать первую помощь, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций
Уровень 3	В полном объеме умеет обеспечивать условия безопасной и комфортной образовательной среды, способствующей сохранению жизни и здоровья обучающихся в соответствии с их возрастными особенностями и санитарно-гигиеническими нормами, обеспечивать безопасность обучающихся и оказывать первую помощь, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций

Владеть:

Уровень 1	Частично владеет способностью оценивать степень потенциальной опасности и использует средства индивидуальной и коллективной защиты
Уровень 2	В достаточном объеме владеет способностью оценивать степень потенциальной опасности и использует средства индивидуальной и коллективной защиты
Уровень 3	В полном объеме владеет способностью оценивать степень потенциальной опасности и использует средства индивидуальной и коллективной защиты

ПК-3: Способен использовать в процессе спортивной подготовки средства и методы профилактики травматизма, и заболеваний, организовывать восстановительные мероприятия с учетом специфики вида спорта, возраста и пола обучающихся, в том числе с применением методик спортивного массажа

Знать:

Уровень 1	не знает методы сбора, систематизации и обработки результатов тестирования уровня физической и функциональной подготовленности занимающегося;
Уровень 2	не достаточно хорошо знает методы сбора, систематизации и обработки результатов тестирования уровня физической и функциональной подготовленности занимающегося;
Уровень 3	хорошо знает методы сбора, систематизации и обработки результатов тестирования уровня физической и функциональной подготовленности занимающегося;

Уметь:

Уровень 1	не умеет контролировать физическое состояние занимающихся во время проведения занятия по общей и
-----------	--

	специальной подготовке;
Уровень 2	не достаточно хорошо умеет контролировать физическое состояние занимающихся во время проведения занятия по общей и специальной подготовке;
Уровень 3	хорошо умеет контролировать физическое состояние занимающихся во время проведения занятия по общей и специальной подготовке;
Владеть:	
Уровень 1	не владеет контролем готовности занимающихся к тренировочному занятию по общей физической и специальной подготовке;
Уровень 2	не достаточно хорошо владеет контролем готовности занимающихся к тренировочному занятию по общей физической и специальной подготовке;
Уровень 3	владеет хорошо контролем готовности занимающихся к тренировочному занятию по общей физической и специальной подготовке;

ПК-16: Способен проводить мероприятия по укреплению и развитию материально-технической базы физкультурно-спортивной организации

Знать:	
Уровень 1	не знает основы экономики, организации труда и управления;
Уровень 2	не достаточно хорошо знает основы экономики, организации труда и управления;
Уровень 3	хорошо знает основы экономики, организации труда и управления;
Уметь:	
Уровень 1	не умеет оформлять документы или контролировать правильность их оформления в соответствии с образцом;
Уровень 2	не достаточно хорошо умеет оформлять документы или контролировать правильность их оформления в соответствии с образцом;
Уровень 3	хорошо умеет оформлять документы или контролировать правильность их оформления в соответствии с образцом;
Владеть:	
Уровень 1	не владеет подготовкой разовых отчетов по запросам вышестоящей организации, собственника, представителей органов исполнительной власти;
Уровень 2	не достаточно хорошо владеет подготовкой разовых отчетов по запросам вышестоящей организации, собственника, представителей органов исполнительной власти;
Уровень 3	владеет хорошо подготовкой разовых отчетов по запросам вышестоящей организации, собственника, представителей органов исполнительной власти;

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен

3.1	Знать:
3.1.1	Основные формы проведения уроков физической культуры. Требования по охране труда. Основы законодательства Российской Федерации об охране труда
3.2	Уметь:
3.2.1	Составлять инструктаж по технике безопасности на уроках физической культуры. Составлять документацию по охране труда
3.3	Владеть:
3.3.1	В совершенстве владеть навыками оказания доврачебной помощи при травмах, потере сознания, кровотечениях, спортивной терминологией, способами страховки при выполнении сложных упражнений

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Требования к организации урока ФК						
1.1	1. Требования к спортивному инвентарю /Лек/	2	4	УК-8 ПК-3 ПК-16	Л1.1Л2.1	0	
1.2	2. Формы проведения уроков ФК /Ср/	2	10	УК-8 ПК-3 ПК-16	Л1.1Л2.1	0	
1.3	3. Методы организации занимающихся на уроке /Пр/	2	5	УК-8 ПК-3 ПК-16	Л1.1Л2.1	0	
	Раздел 2. Подготовка преподавателя к уроку						
2.1	1. Составление документации /Лек/	2	4	УК-8 ПК-3 ПК-16	Л1.1Л2.1	0	

2.2	2.Проверка мест занятий /Ср/	2	9	УК-8 ПК-3 ПК-16	Л1.1Л2.1	0	
	Раздел 3. Основы техники безопасности на уроках физической культуры						
3.1	1. Требования к месту проведения урока ФК /Лек/	2	4	УК-8 ПК-3 ПК-16	Л1.1Л2.1	0	
3.2	2. Перечень документов ТБ /Ср/	2	9,8	УК-8 ПК-3 ПК-16	Л1.1Л2.1	0	
	Раздел 4. Профилактика травматизма как основное направление техники безопасности на уроках физической культуры						
4.1	1. Основные причины травматизма /Лек/	2	3	УК-8 ПК-3 ПК-16	Л1.1Л2.1	0	
4.2	2. Правила избежания возможных травм /Ср/	2	9	УК-8 ПК-3 ПК-16	Л1.1Л2.1	0	
4.3	3. Страховка и самостраховка /Пр/	2	5	УК-8 ПК-3 ПК-16	Л1.1Л2.1	0	
	Раздел 5. Оказание первой доврачебной помощи при травмах						
5.1	Оказание первой доврачебной помощи при травмах /Лек/	2	2	УК-8 ПК-3 ПК-16	Л1.1Л2.1	0	
5.2	Оказание первой доврачебной помощи при травмах /Пр/	2	7	УК-8 ПК-3 ПК-16	Л1.1Л2.1	0	
5.3	/КрАт/	2	0,2			0	

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

1. Нормативно-правовые документы , регламентирующие безопасность занятий физическойкультурой и спортом
2. Требования к спортивному инвентарю
3. Формы проведения уроков ФК
4. Методы организации занимающихся на уроке
5. Составление документации
6. Проверка мест занятий
7. Требования к месту проведения урока ФК
8. Перечень документов ТБ
9. Основные причины травматизма
10. Правила избежания возможных травм
11. Страховка и самостраховка
12. Правила оказания доврачебной помощи при различных травмах и заболеваниях во время урока ФК
13. Инструктаж по технике безопасности на уроках ФК
14. Инструктаж по технике безопасности на занятиях по гимнастике
15. Инструктаж по технике безопасности на занятиях по лыжному спорту
16. Инструктаж по технике безопасности на занятиях по игровым видам спорта

5.2. Темы письменных работ

1. Охрана труда в образовательных учреждениях
2. Теоретические основы физического воспитания
3. Правила оказания доврачебной помощи

5.3. Фонд оценочных средств

Самостоятельная работа по дисциплине включает выполнение реферативных работ и составление презентационного материала.

5.4. Перечень видов оценочных средств

1. Изучить нормативно-правовые документы , регламентирующие безопасность занятий физической культурой и спортом
2. Составить инструктаж по технике безопасности на уроках ФК
3. Изучить способы оказания доврачебной помощи при травмах

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Величенко В.К	Физкультура без травм, : учебное пособие	-М.: Просвещение, 2011
6.1.2. Дополнительная литература			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Виленский М.Я. Горшков А.Г.	Физическая культура	КноРус, 2015 г
6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"			
Э1	электронная библиотека ЧГИФКИС;		
Э2	Электронно-библиотечная система		
Э3	Федеральный портал «Российское образование»		
Э4	Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам»		
Э5	Электронная библиотека диссертаций Российская Государственная Библиотека		
Э6	Международная общественная организация «Наука и техника»		
Э7	Электронная библиотечная система «Книгафонд»		
Э8	Электронная библиотека «Научное наследие России»		
Э9	Электронная гуманитарная библиотека		
Э10	Академия Google		
Э11	Мир энциклопедий		
Э12	Энциклопедия: российские универсальные и тематические энциклопедии		
Э13	Энциклопедия культур		
Э14	Энциклопедии & Словари		
Э15	Российская национальная библиотека		
Э16	Глоссарий.Ru		
6.3.1 Перечень программного обеспечения			
6.3.1.1	Microsoft Office 2010		
6.3.1.2	ЭО moodle		
6.3.1.3	Project Expert		
6.3.1.4	Windows 7		
6.3.1.5	Windows 8		
6.3.1.6	Windows 8.1		
6.3.1.7	Windows 10		
6.3.1.8	Astra Linux		
6.3.1.9	Libre Office		
6.3.1.10	Adobe Reader		
6.3.1.11	ABBYY finereader		
6.3.1.12	chrome		
6.3.1.13	yandex		
6.3.1.14	opera		
6.3.1.15	Microsoft office 2007		
6.3.2 Перечень информационных справочных систем			
6.3.2.1	EBSCO - универсальная база данных зарубежных полнотекстовых научных журналов по всем областям знаний		
6.3.2.2	Международная электронная энциклопедия "Википедия"		
6.3.2.3	справочник химика – доступ свободный		
6.3.2.4	доступ к образовательным ресурсам «Единое окно»		
6.3.2.5	электронная библиотека ЧГИФКИС		
6.3.2.6	Электронно-библиотечная система		
6.3.2.7	Мир энциклопедий		
6.3.2.8	Энциклопедия: российские универсальные и тематические энциклопедии		

6.3.2.9	Глоссарий.Ru
6.3.2.10	Научная электронная библиотека
6.3.2.11	Google Книги
6.3.2.12	Issuu – Publications All categories – Most popular
6.3.2.13	Деловые статьи и Интернет-сервисы
6.3.2.14	Архив учебных программ и презентаций
6.3.2.15	Диссертации и авторефераты
6.3.2.16	Научная библиотека
6.3.2.17	Научные журналы
6.3.2.18	Поиск книг в электронных библиотеках
6.3.2.19	Библиотека РАН. Санкт-Петербург. Электронные ресурсы БАН
6.3.2.20	Все для студента
6.3.2.21	Магазин электронных и аудиокниг
6.3.2.22	Поиск электронных книг
6.3.2.23	официальный сайт Российской государственной библиотеки
6.3.2.24	официальный сайт Российской национальной библиотеки
6.3.2.25	официальный сайт Парламентской библиотеки
6.3.2.26	официальный сайт Президентской библиотеки имени Б. Н. Ельцина. Тематический каталог
6.3.2.27	официальный сайт Библиотеки Администрации Президента РФ
6.3.2.28	официальный сайт Государственной общественно-политической библиотеки
6.3.2.29	официальный сайт Библиотеки Российской академии наук
6.3.2.30	официальный сайт Государственной публичной научно-технической библиотеки
6.3.2.31	официальный сайт научной библиотеки МГУ им. Ломоносова
6.3.2.32	официальный сайт научной библиотеки Российского государственного гуманитарного университета
6.3.2.33	официальный сайт Московского государственного университета экономики, информатики и статистики

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Аудитория Лаборатория №105.	Назначение Кабинет информатики	Виды работ	Оснащенность Мультимедийный зал отдела выдачи учебной литературы для самостоятельной работы с выходом сеть интернет. Оборудование: системный блок LED- 10 шт, Монитор АОС
-----------------------------------	--------------------------------------	------------	---

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Аудитория	Назначение	Виды работ	Оснащенность
Кабинет №111	Безопасность жизнедеятельности		Учебная аудитория для занятий лекционного типа, семинарского типа, для групповых консультаций, для текущего контроля и промежуточной аттестации.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Практические и семинарские занятия должны выработать навыки самостоятельной практической работы. Их основными задачами являются: углубление, расширение и укрепление знаний, полученных на лекциях и в процессе самостоятельной работы; приобретение практических навыков по курсу.

В ходе практических занятий особое внимание должно уделяться формированию навыков обработки и анализа фактического материала, критичности мышления и избирательности в выборе информационных ресурсов и источников для установления взаимосвязи.