

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ
ПРИЕМ 2015 г.
ФОРМА ОБУЧЕНИЯ заочная

Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (ЭД по ФК и С):
адаптивная физическая культура

Направление подготовки/ специальность	Для всех направлений подготовки специалитета		
Образовательная программа (направленность (профиль))			
Специализация			
Уровень образования	высшее образование - специалитет		
Курс	1-4	семестр	1-8
Трудоемкость в кредитах (зачетных единицах)	0		
Виды учебной деятельности	Временной ресурс		
Контактная (аудиторная) работа, ч	Лекции		0
	Практические занятия		6
	Лабораторные занятия		0
	ВСЕГО		6
Самостоятельная работа, ч			372
ИТОГО, ч			378

Вид промежуточной аттестации	зачет	Обеспечивающее подразделение	ОФК ШБИП
---------------------------------	-------	---------------------------------	----------

1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины является формирование у обучающихся определенного ООП (п. 6. Общей характеристики ООП) состава компетенций для подготовки к профессиональной деятельности.

Код компетенции	Наименование компетенции	Результаты освоения ООП	Составляющие результатов освоения (дескрипторы компетенции)	
			Код	Наименование
ОК(У)-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		ОК(У)-7.В3	Владеет методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
			ОК(У)-7.В4	Владеет навыками мотивационно-целостного отношения к физической культуре, здоровому образу жизни
			ОК(У)-7.В5	Владеет системой практических умений и навыков, обеспечивающих развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств
			ОК(У)-7.У3	Умеет использовать здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни
			ОК(У)-7.У4	Умеет определять уровень физического развития, подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования тренированности
			ОК(У)-7.У5	Умеет использовать средства физической культуры для достижения жизненных и профессиональных ценностей
			ОК(У)-7.34	Знает научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни
			ОК(У)-7.35	Знает виды и методы контроля эффективности тренировочных занятий
			ОК(У)-7.36	Знает правила и технику выполнения физических упражнений

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине

После успешного освоения дисциплины будут сформированы результаты обучения:

Планируемые результаты обучения по дисциплине		Компетенции
Код	Наименование	
РД 1	Владеет опытом самостоятельного освоения отдельных элементов профессионально-прикладной подготовки	ОК(У)-7
РД 2	Умеет определять уровень физического развития, дозировать физическую нагрузку в соответствии с уровнем тренированности и состояния здоровья	ОК(У)-7
РД 3	Знает научно-практические основы физической культуры, основы здорового образа жизни, средства и методы мышечной релаксации в спорте	ОК(У)-7

3. Структура и содержание дисциплины

Основные виды учебной деятельности

Разделы дисциплины	Формируемый	Виды учебной	Объем
--------------------	-------------	--------------	-------

	результат обучения по дисциплине	деятельности	времени, ч.
1 семестр			
Раздел 1. Общая физическая подготовка - адаптивные формы и виды (спортивно-оздоровительный подготовительный этап)	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0
		Самостоятельная работа	14
Раздел 2. Профилактическая оздоровительная гимнастика	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0
		Самостоятельная работа	14
Раздел 3. Адаптивная физическая культура с элементами подвижных игр (спортивно-оздоровительный подготовительный этап)	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0
		Самостоятельная работа	14
Раздел 4. Адаптивные виды физической культуры с элементами степ-аэробики (спортивно-оздоровительный подготовительный этап)	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0
		Самостоятельная работа	12
2 семестр			
Раздел 1. Общая физическая подготовка - адаптивные формы и виды (спортивно-оздоровительный подготовительный этап)	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0
		Самостоятельная работа	14
Раздел 2. Профилактическая оздоровительная гимнастика (спортивно-оздоровительный подготовительный этап)	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0
		Самостоятельная работа	14
Раздел 3. Адаптивная физическая культура с элементами подвижных игр (спортивно-оздоровительный подготовительный этап)	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0
		Самостоятельная работа	12
Раздел 4. Адаптивные виды физической культуры с элементами легкой атлетики (спортивно-оздоровительный подготовительный этап)	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0
		Самостоятельная работа	12
3 семестр			
Раздел 1. Общая физическая подготовка - адаптивные формы и виды (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала)	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0
		Самостоятельная	14

		работа	
Раздел 2. Профилактическая оздоровительная гимнастика (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала)	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0
		Самостоятельная работа	14
Раздел 3. Адаптивная физическая культура с элементами подвижных игр (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала)	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0
		Самостоятельная работа	14
Раздел 4. Адаптивные виды физической культуры с элементами йоги (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала)	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0
		Самостоятельная работа	12
4 семестр			
Раздел 1. Общая физическая подготовка - адаптивные формы и виды (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала)	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0
		Самостоятельная работа	14
Раздел 2. Профилактическая оздоровительная гимнастика (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала)	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0
		Самостоятельная работа	14
Раздел 3. Адаптивная физическая культура с элементами подвижных и спортивных игр (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала)	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0
		Самостоятельная работа	12
Раздел 4. Адаптивные виды физической культуры с элементами легкой атлетики (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала)	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0
		Самостоятельная работа	12
5 семестр			
Раздел 1. Общая физическая подготовка - адаптивные формы и виды (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала)	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0
		Самостоятельная работа	14
Раздел 2. Профилактическая оздоровительная гимнастика (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала)	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0
		Самостоятельная работа	14

Раздел 3. Адаптивная физическая культура с элементами подвижных и спортивных игр (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала)	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0
		Самостоятельная работа	14
Раздел 4. Адаптивные виды физической культуры с элементами аэробной тренировки методом кросс-фит (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала)	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0
		Самостоятельная работа	12
6 семестр			
Раздел 1. Общая физическая подготовка в профессионально-прикладной деятельности (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала)	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0
		Самостоятельная работа	14
Раздел 2. Профилактическая оздоровительная гимнастика (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала)	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0
		Самостоятельная работа	14
Раздел 3. Адаптивная физическая культура с элементами подвижных игр (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала)	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0
		Самостоятельная работа	12
Раздел 4. Адаптивные виды физической культуры с элементами легкой атлетики (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала)	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0
		Самостоятельная работа	12
7 семестр			
Раздел 1. Общая физическая подготовка в профессионально-прикладной деятельности (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала)	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0
		Самостоятельная работа	14
Раздел 2. Профилактическая оздоровительная гимнастика (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала)	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0
		Самостоятельная работа	14
Раздел 3. Адаптивная физическая культура с элементами подвижных и спортивных игр (спортивно-	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0

оздоровительный этап – реализация физического потенциала)		Самостоятельная работа	14
Раздел 4. Адаптивные виды физической культуры с использованием метода кругового тренинга (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала)	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0
		Самостоятельная работа	12
8 семестр			
Раздел 1. Общая физическая подготовка в профессионально-прикладной деятельности (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала)	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	2
		Самостоятельная работа	0
Раздел 2. Профилактическая оздоровительная гимнастика (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала)	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	1
		Самостоятельная работа	0
Раздел 3. Адаптивная физическая культура с элементами подвижных игр (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала)	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	1
		Самостоятельная работа	0
Раздел 4. Адаптивные виды физической культуры с элементами легкой атлетики (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала)	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	2
		Самостоятельная работа	0

4. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

4.1. Учебно-методическое обеспечение

Основная литература

1. Капилевич, Л. В. Сохранение здоровья, творческого долголетия и повышение умственной работоспособности специалистов: учебное пособие для вузов / Л. В. Капилевич, В. И. Андреев; Национальный исследовательский Томский политехнический университет (ТПУ). — Томск: Изд-во ТПУ, 2009. — URL: <http://www.lib.tpu.ru/fulltext2/m/2012/m145.pdf> (дата обращения 15.05.2015).- Режим доступа: из корпоративной сети ТПУ.- Текст: электронный;

2. Физическая культура: учебник для бакалавров / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богаченко [и др.]. — Москва: Юрайт, 2013. — URL: <http://www.lib.tpu.ru/fulltext2/m/2014/FN/fn-83.pdf> (дата обращения 15.05.2015).- Режим доступа: из корпоративной сети ТПУ.- Текст: электронный.

Дополнительная литература

1. Розум, И. С. Самостоятельные занятия студентов физическими упражнениями: учебно-методическое пособие / И. С. Розум, Г. Г. Розум, Т. А. Евстигнеева; Национальный исследовательский Томский политехнический университет (ТПУ). — Томск: Изд-во ТПУ, 2013. — URL: <http://www.lib.tpu.ru/fulltext2/m/2014/m214.pdf> (дата обращения 15.05.2015).-

Режим доступа: из корпоративной сети ТПУ.- Текст: электронный.

4.2. Информационное и программное обеспечение

Internet-ресурсы (в т.ч. в среде LMS MOODLE и др. образовательные и библиотечные ресурсы):

1. Электронный ресурс «Nedug.ru. Мир красоты и здоровья». Раздел «Физическая культура» - <http://www.nedug.ru/>;
2. Сайт Центральной Отраслевой Библиотеки по физической культуре и спорту - <http://lib.sportedu.ru/>.

Лицензионное программное обеспечение (в соответствии с **Перечнем лицензионного программного обеспечения ТПУ**):

Не предусмотрено.