

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ
ПРИЕМ 2020 г.
ФОРМА ОБУЧЕНИЯ очная

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

Направление подготовки/специальность	12.03.02 Оптотехника		
Образовательная программа (направленность (профиль))	Лазерная и световая техника		
Специализация	Опτικο-электронные приборы и системы		
Уровень образования	высшее образование - бакалавриат		
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	337	
	Лабораторные занятия	0	
	ВСЕГО	337	
Самостоятельная работа, ч		41	
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. 5 Общей характеристики ООП) состава компетенций для подготовки к профессиональной деятельности.

Код компетенции	Наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенций		Составляющие результатов освоения (дескрипторы компетенций)	
		Код индикатора	Наименование индикатора достижения	Код	Наименование
УК(У)-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	И.УК(У)-7.1	Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма	УК(У)-7.1B2	Владеет опытом использования средств физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности
				УК(У)-7.1У2	Умеет использовать здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни
				УК(У)-7.1З2	Знает научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни
		И.УК(У)-7.2	Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	УК(У)-7.2B2	Владеет методами направленного восстановления и стимуляции работоспособности
				УК(У)-7.2У2	Умеет определять уровень развития тренированности и здоровья, физического развития
				УК(У)-7.2З2	Знает виды и методы контроля за эффективностью тренировочных занятий
		И.УК(У)-7.3	Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности	УК(У)-7.3B2	Владеет методиками развития физических качеств для занятий по различным оздоровительным системам и конкретным видам спорта
				УК(У)-7.3У2	Умеет использовать средства физической культуры для достижения жизненных и профессиональных ценностей
				УК(У)-7.3З2	Знает методические принципы физического воспитания

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине

После успешного освоения дисциплины будут сформированы результаты обучения:

Планируемые результаты обучения по дисциплине		Код компетенции
Код	Наименование	
РД 1	Владеть опытом самостоятельного освоения отдельных элементов профессионально-прикладной подготовки	И.УК(У)-7.1И.УК(У)-7.2И.УК(У)-7.3
РД 2	Умеет определять уровень физического развития, дозировать физическую нагрузку в соответствии с уровнем тренированности и состояния здоровья	И.УК(У)-7.1И.УК(У)-7.2И.УК(У)-7.3
РД 3	Знать научно-практические основы физической культуры, основы здорового образа жизни, средства и методы мышечной релаксации в спорте	И.УК(У)-7.1И.УК(У)-7.2И.УК(У)-7.3

Оценочные мероприятия текущего контроля и промежуточной аттестации представлены в календарном рейтинг-плане дисциплины.

3. Структура и содержание дисциплины

Основные виды учебной деятельности

Разделы дисциплины	Формируемый результат обучения по дисциплине	Виды учебной деятельности	Объем времени, ч.
1 семестр			
Раздел 1. Оздоровительная	РД1	Лекции	0

гимнастика и ЛФК	РД2 РД3	Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
Раздел 2. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами циклических видов спорта	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
Раздел 3. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами спортивных и подвижных игр	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
Раздел 4. Методики самоконтроля физического и функционального состояния организма	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
2 семестр			
Раздел 1. Оздоровительная гимнастика и ЛФК	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
Раздел 2. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами лыжного спорта	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
Раздел 3. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами спортивных и подвижных игр	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
Раздел 4. Плавание	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
3 семестр			
Раздел 1. Оздоровительная гимнастика и ЛФК	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
Раздел 2. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами лыжного спорта	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1

		работа	
Раздел 3. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами спортивных и подвижных игр	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
Раздел 4. Физкультурно-оздоровительная деятельность средствами легкой атлетики	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
4 семестр			
Раздел 1. Оздоровительная гимнастика и ЛФК	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
Раздел 2. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами лыжного спорта	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
Раздел 3. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами спортивных и подвижных игр	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
Раздел 4. Плавание	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
5 семестр			
Раздел 1. Оздоровительная гимнастика и ЛФК	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
Раздел 2. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами лыжного спорта	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
Раздел 3. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами спортивных и подвижных игр	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
Раздел 4. Физкультурно-оздоровительная деятельность	РД1 РД2	Лекции	0
		Практические занятия	12

средствами легкой атлетики	РД3	занятия	
		Самостоятельная работа	1
6 семестр			
Раздел 1. Оздоровительная гимнастика и ЛФК	РД1	Лекции	0
		Практические занятия	8
		Самостоятельная работа	1
Раздел 2. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами лыжного спорта	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	8
		Самостоятельная работа	1
Раздел 3. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами спортивных и подвижных игр	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	8
		Самостоятельная работа	1
Раздел 4. Физкультурно-оздоровительная деятельность средствами легкой атлетики	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	8
		Самостоятельная работа	1
7 семестр			
Раздел 1. Оздоровительная гимнастика и ЛФК	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	8
		Самостоятельная работа	1
Раздел 2. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами циклических видов спорта	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	8
		Самостоятельная работа	1
Раздел 3. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами спортивных и подвижных игр	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	8
		Самостоятельная работа	1
Раздел 4. Методики самоконтроля физического и функционального состояния организма	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	8
		Самостоятельная работа	1
8 семестр			
Раздел 1. Оздоровительная гимнастика и ЛФК	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	8
		Самостоятельная работа	1

		работа	
Раздел 2. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами лыжного спорта	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	8
		Самостоятельная работа	0
Раздел 3. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами спортивных и подвижных игр	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	9
		Самостоятельная работа	1
Раздел 4. Плавание	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	8
		Самостоятельная работа	1

4. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

4.1. Учебно-методическое обеспечение

Основная литература

1. Капилевич, Л. В. Физиология спорта : учебное пособие / Л. В. Капилевич; Национальный исследовательский Томский политехнический университет (ТПУ). —Томск: Изд-во ТПУ, 2011. — URL: <http://www.lib.tpu.ru/fulltext2/m/2012/m54.pdf> (дата обращения 15.05.2019).- Режим доступа: из корпоративной сети ТПУ.- Текст: электронный
2. Физическая культура: учебник для бакалавров / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко [и др.]. — Москва: Юрайт, 2013. — URL: <http://www.lib.tpu.ru/fulltext2/m/2014/FN/fn-83.pdf> (дата обращения 15.05.2019).- Режим доступа: из корпоративной сети ТПУ.- Текст: электронный.
3. Сарычева, Т. В. История физической культуры и спорта : учебное пособие / Т. В. Сарычева; Национальный исследовательский Томский политехнический университет (ТПУ). — Томск: Изд-во ТПУ, 2013. — URL: <http://www.lib.tpu.ru/fulltext2/m/2014/m201.pdf> (дата обращения 15.05.2019).- 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 15.05.2019).- 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.