

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ
ПРИЕМ 2018 г.
ФОРМА ОБУЧЕНИЯ заочная

Элективные дисциплины по физической культуре и спорту
--

Направление подготовки/специальность	38.03.01 Экономика		
Образовательная программа (направленность (профиль))	Экономика		
Специализация	Экономика предприятий и организаций		
Уровень образования	высшее образование - бакалавриат		
Курс	4	семестр	8
Трудоемкость в кредитах (зачетных единицах)			
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. 5 Общей характеристики ООП) состава компетенций для подготовки к профессиональной деятельности.

Код компетенции	Наименование компетенции	Составляющие результатов освоения (дескрипторы компетенции)	
		Код	Наименование
УК(У)-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК(У)-7.B1	Владеет опытом мотивационно-целостного отношения к физической культуре, здоровому образу жизни
		УК(У)-7.B2	Владеет опытом использования средств физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности
		УК(У)-7.B3	Владеет опытом подбора средств тренировки
		УК(У)-7.B4	Владеет методами направленного восстановления и стимуляции работоспособности
		УК(У)-7.B5	Владеет опытом психофизической регуляции организма (аутогенная тренировка)
		УК(У)-7.B6	Владеет методиками развития физических качеств для занятий по различным оздоровительным системам и конкретным видам спорта
		УК(У)-7.Y1	Умеет использовать физкультурно-спортивную деятельность для достижения жизненных и профессиональных ценностей
		УК(У)-7.Y2	Умеет использовать здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни
		УК(У)-7.Y3	Умеет составлять индивидуальные программы по развитию физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости
		УК(У)-7.Y4	Умеет определять уровень развития тренированности и здоровья, физического развития
		УК(У)-7.Y5	Умеет использовать «двигательную активность» как один из факторов здорового образа жизни
		УК(У)-7.Y6	Умеет использовать средства физической культуры для достижения жизненных и профессиональных ценностей
		УК(У)-7.31	Знает роль основных средств и методов физической культуры
		УК(У)-7.32	Знает научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни
		УК(У)-7.33	Знает основы оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности
		УК(У)-7.34	Знает виды и методы контроля за эффективностью тренировочных занятий
		УК(У)-7.35	Знает средства и методы физического воспитания
		УК(У)-7.36	Знает методические принципы физического воспитания

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине

После успешного освоения дисциплины будут сформированы результаты обучения:

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

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. Основы общей физической подготовки	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	0
	РД3	Самостоятельная работа	13
Раздел 2. Основы общей физической подготовки с элементами легкой атлетики	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	0
	РД3	Самостоятельная работа	14
Раздел 3. Основы общей физической подготовки с элементами спортивных игр	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	0
	РД3	Самостоятельная работа	13
Раздел 4. Основы общей физической подготовки с элементами циклических видов спорта	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	0
	РД3	Самостоятельная работа	14
2 семестр			
Раздел 1. Основы специальной физической подготовки	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	0
	РД3	Самостоятельная работа	12
Раздел 2. Основы специальной физической подготовки с элементами легкой атлетики	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	0
	РД3	Самостоятельная работа	14
Раздел 3. Основы специальной физической подготовки с элементами спортивных игр	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	0
	РД3	Самостоятельная работа	12
Раздел 4. Основы специальной физической подготовки с элементами циклических видов спорта	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	0
	РД3	Самостоятельная работа	14
3 семестр			
Раздел 1. Общая физическая подготовка в профессионально-прикладной деятельности	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	0
	РД3	Самостоятельная работа	13
Раздел 2. Базовая физическая подготовка в легкой атлетике на спортивно-оздоровительном этапе	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	0
	РД3	Самостоятельная работа	14

Раздел 3. Спортивные игры	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	0
	РД3	Самостоятельная работа	13
Раздел 4. Базовая физическая подготовка в лыжном спорте на спортивно-оздоровительном этапе	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	0
	РД3	Самостоятельная работа	14
4 семестр			
Раздел 1. Совершенствование навыков физической подготовки в профессионально-прикладной деятельности	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	0
	РД3	Самостоятельная работа	12
Раздел 2. Совершенствование навыков базовой физической подготовки в легкой атлетике	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	0
	РД3	Самостоятельная работа	14
Раздел 3. Спортивные игры	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	0
	РД3	Самостоятельная работа	12
Раздел 4. Базовая физическая подготовка в плавании на спортивно-оздоровительном этапе	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	0
	РД3	Самостоятельная работа	14
5 семестр			
Раздел 1. Методика подбора средств общей физической подготовки	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	0
	РД3	Самостоятельная работа	13
Раздел 2. Совершенствование навыков базовой физической подготовки в легкой атлетике на спортивно-оздоровительном этапе	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	0
	РД3	Самостоятельная работа	14
Раздел 3. Спортивные игры	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	0
	РД3	Самостоятельная работа	13
Раздел 4. Совершенствование базовой физической подготовки в лыжном спорте на спортивно-оздоровительном этапе	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	0
	РД3	Самостоятельная работа	14
6 семестр			
Раздел 1. Совершенствование техники упражнений общей и специальной физической подготовки в профессионально-прикладной деятельности	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	0
	РД3	Самостоятельная работа	12
Раздел 2. Совершенствование навыков базовой физической подготовки в легкой атлетике на спортивно-оздоровительном этапе	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	0
	РД3	Самостоятельная работа	14
Раздел 3. Спортивные игры	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	0
	РД3	Самостоятельная работа	12
Раздел 4. Совершенствование техники элементов базовой физической подготовки в плавании на спортивно-оздоровительном этапе	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	0
	РД3	Самостоятельная работа	14
7 семестр			

Раздел 1. Совершенствование техники упражнений общей и специальной физической подготовки	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	0
	РД3	Самостоятельная работа	13
Раздел 2. Совершенствование навыков базовой физической подготовки в легкой атлетике на спортивно-оздоровительном этапе	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	0
	РД3	Самостоятельная работа	14
Раздел 3. Спортивные игры	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	0
	РД3	Самостоятельная работа	13
Раздел 4. Совершенствование техники элементов базовой физической подготовки в лыжном спорте на спортивно-оздоровительном этапе	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	0
	РД3	Самостоятельная работа	14
8 семестр			
Раздел 1. Совершенствование техники упражнений общей и специальной физической подготовки	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	2
	РД3	Самостоятельная работа	0
Раздел 2. Совершенствование навыков базовой физической подготовки в легкой атлетике на спортивно-оздоровительном этапе	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	1
	РД3	Самостоятельная работа	0
Раздел 3. Спортивные игры	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	1
	РД3	Самостоятельная работа	0
Раздел 4. Совершенствование техники элементов базовой физической подготовки в плавании на спортивно-оздоровительном этапе	РД1	Лекции	0
	РД2	Практические занятия	2
	РД3	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 15.05.2018).- 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 15.05.2018).- 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 15.05.2018).- 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/>.
3. Электронный курс «Физическая культура / ДО 2018». – Режим доступа: <https://eor.lms.tpu.ru/course/view.php?id=835> - база Moodle

Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы доступны по ссылке: <https://www.lib.tpu.ru/html/irs-and-pdb>

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

Не предусмотрено.