

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
 Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
«НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ТОМСКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ЮРГИНСКИЙ ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)

КАЛЕНДАРНЫЙ РЕЙТИНГ-ПЛАН ДИСЦИПЛИНЫ
2020/2021 учебный год

ОЦЕНКИ			Дисциплина <i>«Элективные дисциплины по физической культуре и спорту»</i> по направлению 21.05.04 Горное дело 10771 4 курс, 7 семестр	Лекции		час.
«Отлично»	A	90 - 100 баллов		Практ. занятия	32	час.
	B	80 – 89 баллов		Лаб. занятия		час.
«Хорошо»	C	70 – 79 баллов		Всего ауд. работа	32	час.
	D	65 – 69 баллов		CPC	4	час.
«Удовл.»	E	55 – 64 баллов		ИТОГО	36	час.
	F	0 - 54 баллов				зе.
Зачтено	P	55 - 100 баллов				
Неудовлетвори тельно/ незачтено	F	0 - 54 баллов				

Результаты обучения по дисциплине (сформулировать для конкретной дисциплины):

РД1	Знать научно-практические основы физической культуры, основы здорового образа жизни, средства и методы мышечной релаксации в спорте
РД2	Уметь использовать методики эффективных и дополнительных способов жизненно важными умениями и навыками (ходьба, бег, передвижение на лыжах, плавание и т.д.)
РД3	Уметь составлять индивидуальные программы физического воспитания и знаний с оздоровительной, рекреационной восстановительной направленностью (медленный бег, прогулки и т.д.)
РД4	Уметь использовать методы оценки и коррекции осанки и телосложения
РД5	Уметь регулировать психоэмоциональное состояние
РД6	Владеть опытом профессионально-прикладной физической подготовки, определяющей психофизическую готовность к будущей профессии
РД7	Владеть опытом составления и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями, гигиенической или тренировочной направленности
РД8	Владеть опытом самостоятельного освоения отдельных элементов профессионально-прикладной подготовки

Оценочные мероприятия

Для дисциплин с формой контроля – зачет (дифференцированный зачет)

Оценочные мероприятия		Кол-во	Баллы
Текущий контроль:			
П	Посещение занятий	16	20
ТК1	Сдача контрольных нормативов, согласно Рабочей программе по Элективной дисциплине по физической культуре и спорту.	9	40
ТК2	Сдача контрольных нормативов согласно Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу «Готов к труду и обороне».	5	40
ИТОГО			100

Дополнительные баллы

Учебная деятельность / оценочные мероприятия		Кол-во	Баллы
ДП1	Реферат	1	15
ДП2			
ДП3			
ДП4			
ДП5			
ИТОГО			15

Неделя	Дата начала недели	Результат обучения по дисциплине	Учебная деятельность	Кол-во часов		Оценочное мероприятие	Кол-во баллов	Информационное обеспечение		
				Ауд.	Сам.			Учебная литература	Интернет-ресурсы	Видео-ресурсы
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1	1.09	РД1, РД2, РД4, РД6, РД7, РД8	Практическое занятие 1. Л.Атлетика. Прыжки в длину с места.	2		П	2	ОСН 1 ДОП 1	ЭР 1 ЭР 2	
			Самостоятельная работа		4					
2	7.09	РД1, РД2, РД4, РД6, РД7, РД8	Практическое занятие 2. Л.Атлетика Беговые упражнения	2		П	2	ОСН 1 ДОП 1	ЭР 1 ЭР 2	
			Сдача контрольных нормативов согласно Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу «Готов к труду и обороне».			ТК2	10			
3	14.09	РД1, РД2, РД4, РД6, РД7, РД8	Практическое занятие 3. Л.Атлетика Бег на короткие, средние и длинные дистанции.	2		П		ОСН 1 ОСН 3	ЭР 2	
			Сдача контрольных нормативов, согласно Рабочей программе по Элективной дисциплине по физической культуре и спорту			ТК1	10			
4	21.09	РД5, РД7	Практическое занятие 4. Футбол Передачи, остановка и ведение мяча, удары по мячу, жонглирование мяча.	2		П	1	ОСН 1 ДОП 1	ЭР 2	
5	28.09	РД5, РД7	Практическое занятие 5. Футбол Учебно-тренировочная игра	2		П	2	ОСН 1	ЭР 2	
			Сдача контрольных нормативов согласно Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу «Готов к труду и обороне».			ТК2	10			
6	5.10	РД5, РД7	Практическое занятие 6. Волейбол Передача и прием мяча сверху, снизу	2		П	1	ОСН 1 ДОП 1	ЭР 1 ЭР 2	
7	12.10	РД5, РД7	Практическое занятие 7. Волейбол Подача мяча верхняя, нижняя.	2		П		ОСН 1 ОСН 3	ЭР 1 ЭР 2	
			Сдача контрольных нормативов, согласно Рабочей программе по Элективной дисциплине по физической культуре и спорту			ТК1	10			
8	19.10		Конференц-неделя 1							
9	2.11	РД5, РД7	Практическое занятие 8. Волейбол Учебно-тренировочная игра.	2		П	2	ОСН 2 ДОП 1	ЭР 1 ЭР 2	
			Всего по контрольной точке (аттестации) 1							
10	9.11	РД5, РД7	Практическое занятие 9 Волейбол Учебно-тренировочная игра.	2		П	2	ОСН 1 ОСН 3	ЭР 2	
11	16.11	РД1, РД2, РД3, РД4, РД6,	Практическое занятие 10 А.гимнастика. Упражнения с использованием гимнастических снарядов и тренажеров	2		П	1	ОСН 1	ЭР 2	

Неделя	Дата начала недели	Результат обучения по дисциплине	Учебная деятельность	Кол-во часов		Оценочное мероприятие	Кол-во баллов	Информационное обеспечение		
				Ауд.	Сам.			Учебная литература	Интернет-ресурсы	Видео-ресурсы
		РД7, РД8								
12	23.11	РД1, РД2, РД3, РД4, РД6, РД7, РД8	Практическое занятие 11. А.гимнастика. Упражнения с использованием гимнастических снарядов и тренажеров Сдача контрольных нормативов, согласно Рабочей программе по Элективной дисциплине по физической культуре и спорту	2		П ТК1	10	ДОП 1 ОСН 1	ЭР 2	
13	30.11	РД1, РД2, РД3, РД4, РД6, РД7, РД8	Практическое занятие 12 А.гимнастика. Упражнения с использованием гимнастических снарядов и тренажеров Сдача контрольных нормативов, согласно Рабочей программе по Элективной дисциплине по физической культуре и спорту	2		П ТК1	10	ДОП 1 ОСН 1	ЭР 2	
14	7.12	РД1, РД2, РД4, РД8	Практическое занятие 13 Лыжный спорт Передвижение свободным ходом на средние и длинные дистанции.	2		П	2	ОСН 1 ДОП 1	ЭР 2	
15	14.12	РД1, РД2, РД4, РД8	Практическое занятие 14 Лыжный спорт Передвижение свободным ходом на средние и длинные дистанции.	2		П ТК2	10	ОСН 1 ДОП 1	ЭР 2	
16	21.12	РД1, РД2, РД4, РД8	Практическое занятие 15 Лыжный спорт Передвижение свободным ходом на средние и длинные дистанции. Сдача контрольных нормативов согласно Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу «Готов к труду и обороне».	2		П ТК2	10	ОСН 2 ОСН 3	ЭР 2	
17	28.12	РД5	Практическое занятие 16 Шашки Учебно-тренировочная игра	2		П	1	ОСН 2 ДОП 1	ЭР 2	
			Всего по контрольной точке (аттестации) 2							
			Общий объем работы по дисциплине				100			

Информационное обеспечение:

№ (код)	Основная учебная литература (ОСН)
ОСН 1	В.Н.Васильев, Е.В.Немеров, И.Ю. Якимович и др.; Лекции по физической культуре: учебное пособие/ под ред. В. Н. Васильева, И. Ю. Якимович. – Томск: Издательство СибГМУ, 2016.-207с. – Режим доступа: URL: https://e.lanbook.com/book/105911
ОСН 2	Физическая культура, спорт – наука и практика: изд. Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. Выпуск 2013-2016г. – Режим доступа: URL: https://e.lanbook.com/book/105869
ОСН 3	Стамова Л.Г. Адаптивная физическая культура в образовательном пространстве педагогического вуза: учебно-методическое пособие для самостоятельных занятий студентов с отклонениями в состоянии здоровья/

№ (код)	Название электронного ресурса (ЭР)	Адрес ресурса
ЭР 1	Электронный ресурс «Nedug.ru. Мир красоты и здоровья». Раздел «Физическая культура»	http://www.nedug.ru/
ЭР 2	Сайт Центральной Отраслевой Библиотеки по физической культуре и спорту	http://lib.sportedu.ru/

	Л. Г. Стамова. —Липецк 2018 — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/115047?category=4775
№ (код)	Дополнительная учебная литература (ДОП)
ДОП 1	Самоконтроль при проведении самостоятельных занятий по физической культуре [Текст]: Мет. указ. для студентов ЮТИ ТПУ всех специальностей/ Сост. И.Н. Войткевич. - Юрга: Типография ООО «Медиафера», 2016. - 16 с. (15 экз.)
ДОП 2	Требования к оформлению рефератов по физической культуре [Текст] : Методические указания для студентов ЮТИ ТПУ дневной формы обучения, освобожденных от практических занятий по физической культуре/ Сост. И.В. Счастливцева. - Юрга: Типография ООО «Медиафера», 2016. - 16 с. (15 экз.)

№ (код)	Видеоресурсы (ВР)	Адрес ресурса
ВР 1		
ВР 2	...	

Составил: _____ Родионов П.В.)

«24» 08 2020 г.

Согласовано:

Руководитель ООП «Горное дело» _____ (Тимофеев В.Ю.)

«24» 08 2020 г.