

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ
ПРИЕМ 2020 г.
ФОРМА ОБУЧЕНИЯ заочная

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

Направление подготовки/ специальность	15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств		
Образовательная программа (направленность (профиль))	Автоматизация технологических процессов и производств в нефтегазовой области		
Специализация	Интеллектуальные системы автоматизации и управления		
Уровень образования	высшее образование - бакалавриат		
Курс	4	семестр	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
------------------------------	-------	------------------------------	----------

Зав. кафедрой – руководитель ОАР		А. А. Филипас
Руководитель ООП		А.В.Воронин
Преподаватель		Е. А. Баранова

2020 г.

1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины является формирование у обучающихся определенного ООП (п. 5.4 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)-7.32	Знает научно-практические культуры основы физической культуры и здорового образа жизни
		УК(У)-7.34	Знает виды и методы контроля за эффективностью тренировочных занятий
		УК(У)-7.36	Знает методические принципы физического воспитания
		УК(У)-7.У2	Умеет использовать здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни
		УК(У)-7.У4	Умеет определять уровень развития тренированности и здоровья, физического развития
		УК(У)-7.У6	Умеет использовать средства физической культуры для достижения жизненных и профессиональных ценностей
		УК(У)-7.В2	Владеет опытом использования средств физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности
		УК(У)-7.В4	Владеет методами направленного восстановления и стимуляции работоспособности
		УК(У)-7.В6	Владеет методиками развития физических качеств для занятий по различным оздоровительным системам и конкретным видам спорта

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	УК(У)-7.2
РД 2	Знать научно-практические основы физической культуры, основы здорового образа жизни, средства и методы мышечной релаксации в спорте	УК(У)-7.1
РД 3	Владеет методиками развития физической формы средствами физической культуры и спорта	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	Виды учебной	Объем
--------------------	-------------	--------------	-------

	результат обучения по дисциплине	деятельности	времени, ч.
1 семестр			
Раздел 1. Оздоровительная гимнастика и ЛФК	РД1	Лекции	0
		Практические занятия	0.2
		Самостоятельная работа	12
Раздел 2. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами циклических видов спорта	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0.2
		Самостоятельная работа	13
Раздел 3. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами спортивных и подвижных игр	РД1	Лекции	0
		Практические занятия	0.2
		Самостоятельная работа	12
Раздел 4. Методики самоконтроля физического и функционального состояния организма	РД1 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0.2
		Самостоятельная работа	12
2 семестр			
Раздел 1. Оздоровительная гимнастика и ЛФК	РД1	Лекции	0
		Практические занятия	0.2
		Самостоятельная работа	15
Раздел 2. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами лыжного спорта	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0.2
		Самостоятельная работа	12
Раздел 3. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами спортивных и подвижных игр	РД1	Лекции	0
		Практические занятия	0.2
		Самостоятельная работа	14
Раздел 4. Плавание	РД1 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0.2
		Самостоятельная работа	15
3 семестр			
Раздел 1. Оздоровительная гимнастика и ЛФК	РД1	Лекции	0
		Практические занятия	0.2
		Самостоятельная работа	12
Раздел 2. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами лыжного спорта	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0.2
		Самостоятельная работа	12
Раздел 3. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами спортивных и подвижных игр	РД1	Лекции	0
		Практические занятия	0.2
		Самостоятельная работа	12
Раздел 4. Физкультурно-оздоровительная деятельность средствами легкой атлетики	РД1 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0.2
		Самостоятельная работа	12
4 семестр			
Раздел 1. Оздоровительная гимнастика и ЛФК	РД1	Лекции	0
		Практические занятия	0.2
		Самостоятельная работа	12
Раздел 2. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами лыжного спорта	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0.2
		Самостоятельная работа	12
Раздел 3. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами спортивных и	РД1	Лекции	0
		Практические занятия	0.2

подвижных игр		Самостоятельная работа	13
Раздел 4. Плавание	РД1 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0.2
		Самостоятельная работа	12
5 семестр			
Раздел 1. Оздоровительная гимнастика и ЛФК	РД1	Лекции	0
		Практические занятия	0.2
		Самостоятельная работа	12
Раздел 2. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами лыжного спорта	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0.2
		Самостоятельная работа	12
Раздел 3. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами спортивных и подвижных игр	РД1	Лекции	0
		Практические занятия	0.2
		Самостоятельная работа	13
Раздел 4. Физкультурно-оздоровительная деятельность средствами легкой атлетики	РД1 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0.2
		Самостоятельная работа	13
6 семестр			
Раздел 1. Оздоровительная гимнастика и ЛФК	РД1	Лекции	0
		Практические занятия	0.2
		Самостоятельная работа	12
Раздел 2. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами лыжного спорта	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0.2
		Самостоятельная работа	12
Раздел 3. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами спортивных и подвижных игр	РД1	Лекции	0
		Практические занятия	0.2
		Самостоятельная работа	12
Раздел 4. Физкультурно-оздоровительная деятельность средствами легкой атлетики	РД1 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0.2
		Самостоятельная работа	12
7 семестр			
Раздел 1. Оздоровительная гимнастика и ЛФК	РД1	Лекции	0
		Практические занятия	0.2
		Самостоятельная работа	12
Раздел 2. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами циклических видов спорта	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0.2
		Самостоятельная работа	12
Раздел 3. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами спортивных и подвижных игр	РД1	Лекции	0
		Практические занятия	0.2
		Самостоятельная работа	12
Раздел 4. Методики самоконтроля физического и функционального состояния организма	РД1 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0.2
		Самостоятельная работа	12
8 семестр			
Раздел 1. Оздоровительная гимнастика и ЛФК	РД1	Лекции	0
		Практические занятия	0.2
		Самостоятельная работа	15

Раздел 2. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами лыжного спорта	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0.2
		Самостоятельная работа	15
Раздел 3. Комплексы оздоровительных упражнений с элементами спортивных и подвижных игр	РД1	Лекции	0
		Практические занятия	0.2
		Самостоятельная работа	12
Раздел 4. Плавание	РД1 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	0.2
		Самостоятельная работа	12

4. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

4.1. Учебно-методическое обеспечение

Основная литература

1. Естественные-научные основы физической культуры и спорта: учебник для вузов / под ред. А.В. Самсоновой, Р.Б. Цаллаговой. - Москва: Советский спорт, 2014. - 456 с. - Библиография в конце разделов. - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971806974.html> (дата обращения: 04.02.2020)

2. Капилевич, Л.В. Физкультурно-оздоровительные технологии: учебное пособие для вузов / Л.В. Капилевич; Национальный исследовательский Томский политехнический университет (ТПУ). - Томск: Изд-во ТПУ, 2013. - 150 с. - Режим доступа: <http://catalog.lib.tpu.ru/catalogue/simple/document/RU/TPU/book/327257> (дата обращения: 04.02.2020)

3. Прикладная физическая подготовка и основы самообороны: учебное пособие для вузов / Г.А. Колодницкий [и др.]; Новосибирский государственный педагогический университет (НГПУ); Московский педагогический государственный университет (МПГУ). - Новосибирск; Москва: АРТА, 2011. - 303 с.

4. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание: учебник для вузов / под ред. А.А. Литвинова. - 2-е изд., стер. - Москва: Академия, 2014. - 268 с.: ил. — Высшее образование. Бакалавриат. Высшее образование. Физическая культура и спорт. - Библиограф. 264 с.

5. Теория и методика обучения базовым видам спорта: легкая атлетика: учебник для вузов / под ред. Г. В. Грецова, А. Б. Янковского. - Москва: Академия, 2013. - 288 с.

Дополнительная литература

1. Письменский, И.А. Физическая культура: учебник для академического бакалавриата / И.А. Письменский, Ю.Н. Аллянов; Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации. - Москва: Юрайт, 2014. 494 с.

2. Столяров В.И. Современная теория физического воспитания (проблемы, пути решения, инновационная концепция) [Электронный ресурс] / В.И. Столяров // Наука и спорт: современные тенденции – 2016 -. №1. – Режим доступа: <https://elibrary.ru/item.asp?id=25650939> (дата обращения: 04.02.2020)

3. Вартоян М.М., Команов В.В., Беседы о настольном теннисе / М.М. Вартоян, В.В. Комаров. М.; 2010. – Режим доступа: http://def.kondopoga.ru/2010/04/12/besedy_o_nastolnom_tennise.html (дата обращения: 04.02.2020)

4. Прокофьева В.Н. Физиология физического воспитания и спорта/ СПб. «Феникс», 2010.

5. Лечебная физическая культура как форма реализации учебного процесса по физическому воспитанию студентов/ Е.Ю. Дьякова, Л.В. Капилевич, О.К. Балтаева и др. «Теория и практика физической культуры. 2010. № 10. С.62-65.

4.2. Информационное и программное обеспечение

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

1. Электронный курс «Прикладная физическая культура/ Элективные дисциплины по ФКиС». Режим доступа: <https://stud.lms.tpu.ru/course/view.php?id=2703>
2. Электронно-библиотечная система «Консультант студента»
http://www.studentlibrary.ru/catalogue/switch_kit/pugs-mpei.html
3. Электронно-библиотечная система «Лань» <http://e.lanbook.com/books>
4. Электронно-библиотечная система «Znanium.com» <https://new.znanium.com/>

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