

**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 | 18.05.02 Химическая технология материалов современной энергетики | |
| Образовательная программа (направленность (профиль)) | Химическая технология материалов современной энергетики | |
| Специализация | Химическая технология материалов ядерного топливного цикла | |
| Уровень образования | высшее образование - специалитет | |
| Курс | 1-4 | 1-8 |
| Трудоемкость в кредитах (зачетных единицах) | 0 | |
| Виды учебной деятельности | Временной ресурс | |
| Контактная (аудиторная) работа, ч | Лекции | 0 |
| | Практические занятия | 338 |
| | Лабораторные занятия | |
| | ВСЕГО | 338 |
| Самостоятельная работа, ч | | 40 |
| 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 | Составляющие результатов освоения (дескрипторы компетенции) | |
|-----------------|--|---|--|
| | | Код | Наименование |
| УК(У)-7 | Способность использовать методы и средства физической культуры для укрепления здоровья и достижения должного уровня полноценной социальной и профессиональной деятельности | УК(У)-7.В1 | Владеет опытом мотивационно-целостного отношения к физической культуре, здоровому образу жизни |
| | | УК(У)-7.В3 | Владеет опытом подбора средств тренировки |
| | | УК(У)-7.В5 | Владеет опытом психофизической регуляции организма (аутогенная тренировка) |
| | | УК(У)-7.У1 | Умеет использовать физкультурно-спортивную деятельность для достижения жизненных и профессиональных ценностей |
| | | УК(У)-7.У3 | Умеет составлять индивидуальные программы по развитию физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости |
| | | УК(У)-7.У5 | Умеет использовать «двигательную активность» как один из факторов здорового образа жизни |
| | | УК(У)-7.31 | Знает роль основных средств и методов физической культуры |
| | | УК(У)-7.33 | Знает основы оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности |
| | | УК(У)-7.35 | Знает средства и методы 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 | Владеет 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 | Знает 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. Общая физическая подготовка - адаптивные формы и виды (спортивно-оздоровительный подготовительный этап) | РД1 РД2 РД3 | Лекции | 0 |
| | | Практические занятия | 12 |
| | | Самостоятельная работа | 1 |
| Раздел 2. Профилактическая оздоровительная гимнастика | РД1 РД2 РД3 | Лекции | 0 |
| | | Практические занятия | 12 |
| | | Самостоятельная работа | 2 |
| Раздел 3. Адаптивная физическая культура с элементами подвижных игр (спортивно-оздоровительный подготовительный этап) | РД1 РД2 РД3 | Лекции | 0 |
| | | Практические занятия | 12 |
| | | Самостоятельная работа | 1 |
| Раздел 4. Адаптивные виды физической культуры с элементами плавания (спортивно-оздоровительный подготовительный этап) | РД1 РД2 РД3 | Лекции | 0 |
| | | Практические занятия | 12 |
| | | Самостоятельная работа | 2 |
| 2 семестр | | | |
| Раздел 1. Общая физическая подготовка - адаптивные формы и виды (спортивно-оздоровительный подготовительный этап) | РД1 РД2 РД3 | Лекции | 0 |
| | | Практические занятия | 12 |
| | | Самостоятельная работа | 1 |
| Раздел 2. Профилактическая оздоровительная гимнастика (спортивно-оздоровительный подготовительный этап) | РД1 РД2 РД3 | Лекции | 0 |
| | | Практические занятия | 12 |
| | | Самостоятельная работа | 2 |
| Раздел 3. Адаптивная физическая культура с элементами подвижных игр (спортивно-оздоровительный подготовительный этап) | РД1 РД2 РД3 | Лекции | 0 |
| | | Практические занятия | 12 |
| | | Самостоятельная работа | 1 |
| Раздел 4. Адаптивные виды физической культуры с элементами легкой атлетики (спортивно-оздоровительный подготовительный этап) | РД1 РД2 РД3 | Лекции | 0 |
| | | Практические занятия | 12 |
| | | Самостоятельная работа | 2 |
| 3 семестр | | | |
| Раздел 1. Общая физическая | РД1 | Лекции | 0 |

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

| | | | |
|--|-------------------|------------------------|----|
| (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала) | РД3 | занятия | |
| | | Самостоятельная работа | 2 |
| Раздел 3. Адаптивная физическая культура с элементами подвижных и спортивных игр (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала) | РД1 РД2 РД3 | Лекции | 0 |
| | | Практические занятия | 12 |
| | | Самостоятельная работа | 1 |
| Раздел 4. Адаптивные виды физической культуры с элементами плавания (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала) | РД1 РД2 РД3 | Лекции | 0 |
| | | Практические занятия | 12 |
| | | Самостоятельная работа | 2 |
| 6 семестр | | | |
| Раздел 1. Общая физическая подготовка в профессионально-прикладной деятельности (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала) | РД1 РД2 РД3 | Лекции | 0 |
| | | Практические занятия | 8 |
| | | Самостоятельная работа | 1 |
| Раздел 2. Профилактическая оздоровительная гимнастика (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала) | РД1 РД2 РД3 | Лекции | 0 |
| | | Практические занятия | 8 |
| | | 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 | 9 |
| | | Самостоятельная работа | 1 |
| Раздел 4. Адаптивные виды физической культуры с элементами легкой атлетики (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала) | РД1 РД2 РД3 | Лекции | 0 |
| | | Практические занятия | 8 |
| | | Самостоятельная работа | 1 |
| 7 семестр | | | |
| Раздел 1. Общая физическая подготовка в профессионально-прикладной деятельности (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала) | РД1 РД2 РД3 | Лекции | 0 |
| | | Практические занятия | 8 |
| | | Самостоятельная работа | 1 |
| Раздел 2. Профилактическая оздоровительная гимнастика (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала) | РД1 РД2 РД3 | Лекции | 0 |
| | | Практические занятия | 8 |
| | | Самостоятельная работа | 1 |
| Раздел 3. Адаптивная физическая | РД1 | Лекции | 0 |

| | | | |
|---|-------------------|------------------------|---|
| культура с элементами подвижных и спортивных игр (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала) | РД2 РД3 | Практические занятия | 8 |
| | | Самостоятельная работа | 1 |
| Раздел 4. Адаптивные виды физической культуры с элементами плавания (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала) | РД1 РД2 РД3 | Лекции | 0 |
| | | Практические занятия | 8 |
| | | Самостоятельная работа | 1 |
| 8 семестр | | | |
| Раздел 1. Общая физическая подготовка в профессионально-прикладной деятельности (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала) | РД1 РД2 РД3 | Лекции | 0 |
| | | Практические занятия | 8 |
| | | Самостоятельная работа | 1 |
| Раздел 2. Профилактическая оздоровительная гимнастика (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала) | РД1 РД2 РД3 | Лекции | 0 |
| | | Практические занятия | 8 |
| | | 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 | 9 |
| | | Самостоятельная работа | 1 |
| Раздел 4. Адаптивные виды физической культуры с элементами легкой атлетики (спортивно-оздоровительный этап – реализация физического потенциала) | РД1 РД2 РД3 | Лекции | 0 |
| | | Практические занятия | 8 |
| | | Самостоятельная работа | 1 |

4. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

4.1. Учебно-методическое обеспечение

- 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 15.05.2020).- Режим доступа: из корпоративной сети ТПУ.- Текст: электронный;
- 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 15.05.2020).- 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):

- 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**): 7-Zip; Adobe Acrobat Reader DC; Adobe Flash Player; Ake!Pad; Cisco Webex Meetings; Document Foundation LibreOffice; Far Manager; Google Chrome; Microsoft Office 2007 Standard Russian Academic; Mozilla Firefox ESR; Tracker Software PDF-XChange Viewer; WinDjView; XnView Classic; Zoom Zoom