

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ
ПРИЕМ 2020 г.
ФОРМА ОБУЧЕНИЯ очная

Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (ЭД по ФК и С):
циклические виды спорта

Направление подготовки/ специальность	Для всех направлений подготовки бакалавриата		
Образовательная программа (направленность (профиль))			
Специализация			
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	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.B2	Владеет опытом использования средств физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности
		УК(У)-7.B4	Владеет методами направленного восстановления и стимуляции работоспособности
		УК(У)-7.B6	Владеет методиками развития физических качеств для занятий по различным оздоровительным системам и конкретным видам спорта
		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)-7.32	Знает научно-практические 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

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	УК(У)-7

	спорте	
--	--------	--

3. Структура и содержание дисциплины

Основные виды учебной деятельности

Основные виды учебной деятельности			
Разделы дисциплины	Формируемый результат обучения по дисциплине	Виды учебной деятельности	Объем времени, ч.
1 семестр			
Раздел 1. Физическая подготовка в избранном циклическом виде спорта на начальном этапе спортивной подготовки	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
Раздел 2. Техническая подготовка в избранном циклическом виде спорта на начальном этапе спортивной подготовки	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	2
Раздел 3. Тактическая подготовка в избранном циклическом виде спорта на начальном этапе спортивной подготовки	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
Раздел 4. Элементы тренерской деятельности в избранном циклическом виде спорта на начальном этапе спортивной подготовки	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	2
2 семестр			
Раздел 1. Физическая подготовка в избранном циклическом виде спорта на начальном этапе спортивной подготовки	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
Раздел 2. Техническая подготовка в избранном циклическом виде спорта на начальном этапе спортивной подготовки	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	2
Раздел 3. Тактическая подготовка в избранном циклическом виде спорта на начальном этапе спортивной подготовки	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
Раздел 4. Элементы тренерской деятельности в избранном циклическом виде спорта на начальном этапе спортивной подготовки	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	2
3 семестр			

Раздел 1. Физическая подготовка в избранном циклическом виде спорта на этапе спортивной специализации	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
Раздел 2. Техническая подготовка в избранном циклическом виде спорта на этапе спортивной специализации	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	2
Раздел 3. Тактическая подготовка в избранном циклическом виде спорта на этапе спортивной специализации	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
Раздел 4. Элементы тренерской деятельности в избранном циклическом виде спорта на этапе спортивной специализации	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	2
4 семестр			
Раздел 1. Физическая подготовка в избранном циклическом виде спорта на этапе спортивной специализации	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
Раздел 2. Техническая подготовка в избранном этапе спортивной специализации циклическом виде спорта на этапе спортивной специализации	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	2
Раздел 3. Тактическая подготовка в избранном циклическом виде спорта на этапе спортивной специализации	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
Раздел 4. Элементы тренерской деятельности в избранном циклическом виде спорта на этапе спортивной специализации	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	2
5 семестр			
Раздел 1. Физическая подготовка в избранном циклическом виде спорта на этапе спортивной специализации	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
Раздел 2. Техническая подготовка в избранном циклическом виде спорта на этапе спортивной	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12

специализации		Самостоятельная работа	2
Раздел 3. Тактическая подготовка в избранном циклическом виде спорта на этапе спортивной специализации	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
Раздел 4. Элементы тренерской деятельности в избранном циклическом виде спорта на этапе спортивной специализации	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	2
6 семестр			
Раздел 1. Физическая подготовка в избранном циклическом виде спорта на этапе совершенствования спортивного мастерства	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	8
		Самостоятельная работа	1
Раздел 2. Техническая подготовка в избранном циклическом виде спорта на этапе совершенствования спортивного мастерства	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	8
		Самостоятельная работа	1
Раздел 3. Тактическая подготовка в избранном циклическом виде спорта на этапе совершенствования спортивного мастерства	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	8
		Самостоятельная работа	1
Раздел 4. Элементы тренерской деятельности в избранном циклическом виде спорта на этапе совершенствования спортивного мастерства	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	8
		Самостоятельная работа	1
7 семестр			
Раздел 1. Физическая подготовка в избранном циклическом виде спорта на этапе совершенствования спортивного мастерства	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	8
		Самостоятельная работа	1
Раздел 2. Техническая подготовка в избранном циклическом виде спорта на этапе совершенствования спортивного мастерства	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	8
		Самостоятельная работа	1
Раздел 3. Тактическая подготовка в избранном циклическом виде спорта на этапе совершенствования спортивного мастерства	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	8
		Самостоятельная работа	1
Раздел 4. Элементы тренерской	РД1	Лекции	0

деятельности в избранном циклическом виде спорта на этапе совершенствования спортивного мастерства	РД2 РД3	Практические занятия	8
		Самостоятельная работа	1
8 семестр			
Раздел 1. Физическая подготовка в избранном циклическом виде спорта на этапе совершенствования спортивного мастерства	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	8
		Самостоятельная работа	1
Раздел 2. Техническая подготовка в избранном циклическом виде спорта на этапе совершенствования спортивного мастерства	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	8
		Самостоятельная работа	0
Раздел 3. Тактическая подготовка в избранном циклическом виде спорта на этапе совершенствования спортивного мастерства	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	9
		Самостоятельная работа	1
Раздел 4. Элементы тренерской деятельности в избранном циклическом виде спорта на этапе совершенствования спортивного мастерства	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. 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;

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 15.05.2020).- 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 15.05.2020).- 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):

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.