

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ
ПРИЕМ 2016 г.
ФОРМА ОБУЧЕНИЯ очная

Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (ЭД по ФК и С): общая физическая подготовка

Направление подготовки/специальность	14.05.02 Атомные станции: проектирование, эксплуатация и инжиниринг		
Образовательная программа (направленность (профиль))	Атомные станции: проектирование, эксплуатация и инжиниринг		
Специализация	Проектирование и эксплуатация атомных станций		
Уровень образования	высшее образование - специалитет		
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		338
	Лабораторные занятия		0
	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	Результаты освоения ООП	Составляющие результатов освоения (дескрипторы компетенции)	
			Код	Наименование
ОК(У)-8	Способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Р7	ОК(У)-8.B1	Владеет навыками мотивационно-целостного отношения к физической культуре, здоровому образу жизни
			ОК(У)-8.B4	Владеет методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
			ОК(У)-8.B5	Владеет системой практических умений и навыков, обеспечивающих развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств
			ОК(У)-8.Y4	Умеет использовать здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни
			ОК(У)-8.Y5	Умеет определять уровень физического развития, подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования тренированности
			ОК(У)-8.Y6	Умеет использовать средства физической культуры для достижения жизненных и профессиональных ценностей
			ОК(У)-8.34	Знает научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни
			ОК(У)-8.35	Знает виды и методы контроля эффективности тренировочных занятий
			ОК(У)-8.36	Знает правила и технику выполнения физических упражнений

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине¹

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	ОК(У)-8
РД 2	Умеет определять уровень физического развития, дозировать физическую нагрузку в соответствии с уровнем тренированности и состояния здоровья	ОК(У)-8
РД 3	Знать научно-практические основы физической культуры, основы здорового образа жизни, средства и методы мышечной релаксации в спорте	ОК(У)-8

¹ П.3.8. ФГОС – «Организация самостоятельно планирует результаты обучения по дисциплинам (модулям) и практикам, которые должны быть соотнесены с установленными в программе индикаторами достижения компетенций. Совокупность запланированных результатов обучения по дисциплинам (модулям) и практикам должна обеспечивать формирование у выпускника всех компетенций, установленных программой магистратуры»

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 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
Раздел 2. Основы общей физической подготовки с элементами легкой атлетики	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	2
Раздел 3. Основы общей физической подготовки с элементами спортивных игр	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
Раздел 4. Основы общей физической подготовки с элементами циклических видов спорта	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	2
2 семестр			
Раздел 1. Основы специальной физической подготовки	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
Раздел 2. Основы специальной физической подготовки с элементами легкой атлетики	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	2
Раздел 3. Основы специальной физической подготовки с элементами спортивных игр	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
Раздел 4. Основы специальной физической подготовки с элементами циклических видов спорта	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	2
3 семестр			

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

спортивно-оздоровительном этапе		Самостоятельная работа	2
Раздел 3. Спортивные игры	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	1
Раздел 4. Совершенствование базовой физической подготовки в лыжном спорте на спортивно-оздоровительном этапе	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	12
		Самостоятельная работа	2
6 семестр			
Раздел 1. Совершенствование техники упражнений общей и специальной физической подготовки в профессионально-прикладной деятельности	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	8
		Самостоятельная работа	1
Раздел 2. Совершенствование навыков базовой физической подготовки в легкой атлетике на спортивно-оздоровительном этапе	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	8
		Самостоятельная работа	0
Раздел 3. Спортивные игры	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	9
		Самостоятельная работа	1
Раздел 4. Совершенствование техники элементов базовой физической подготовки в плавании на спортивно-оздоровительном этапе	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	8
		Самостоятельная работа	1
7 семестр			
Раздел 1. Совершенствование техники упражнений общей и специальной физической подготовки	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	8
		Самостоятельная работа	1
Раздел 2. Совершенствование навыков базовой физической подготовки в легкой атлетике на спортивно-оздоровительном этапе	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	8
		Самостоятельная работа	1
Раздел 3. Спортивные игры	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	8
		Самостоятельная работа	1
Раздел 4. Совершенствование	РД1	Лекции	0

техники элементов базовой физической подготовки в лыжном спорте на спортивно-оздоровительном этапе	РД2 РД3	Практические занятия	8
		Самостоятельная работа	1
8 семестр			
Раздел 1. Совершенствование техники упражнений общей и специальной физической подготовки	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	8
		Самостоятельная работа	1
Раздел 2. Совершенствование навыков базовой физической подготовки в легкой атлетике на спортивно-оздоровительном этапе	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	8
		Самостоятельная работа	0
Раздел 3. Спортивные игры	РД1 РД2 РД3	Лекции	0
		Практические занятия	9
		Самостоятельная работа	1
Раздел 4. Совершенствование техники элементов базовой физической подготовки в плавании на спортивно-оздоровительном этапе	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 15.05.2016).- 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 15.05.2016).- 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 15.05.2016).- 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.