

**АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ  
ПРИЕМ 2019 г.  
ФОРМА ОБУЧЕНИЯ очная**

<b>Физическая культура и спорт</b>
------------------------------------

Направление подготовки/ специальность	01.03.02 Прикладная математика и информатика		
Образовательная программа (направленность (профиль))			
Специализация			
Уровень образования	высшее образование - бакалавриат		
Курс	1	семестр	1
Трудоемкость в кредитах (зачетных единицах)	(2)		
Виды учебной деятельности	Временной ресурс		
Контактная (аудиторная) работа, ч	Лекции	8	
	Практические занятия	16	
	Лабораторные занятия		
	ВСЕГО	24	
	Самостоятельная работа, ч	48	
	ИТОГО, ч	72	

Вид промежуточной аттестации	<b>зачет</b>	Обеспечивающее подразделение	<b>ОФК ШБИП</b>
---------------------------------	--------------	---------------------------------	-----------------

## 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.

УК(У)-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК(У)-7.1	Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма	УК(У)-7.1В1	Владеет опытом мотивационно-целостного отношения к физической культуре, здоровому образу жизни
				УК(У)-7.1У1	Умеет использовать физкультурно-спортивную деятельность для достижения жизненных и профессиональных целей
				УК(У)-7.1З1	Знает роль средств и методов физической культуры
		УК(У)-7.2	Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	УК(У)-7.2В1	Владеет опытом подбора средств тренировки
				УК(У)-7.2У1	Умеет составлять индивидуальные программы по развитию физических качеств: быстроты, выносливости, гибкости, ловкости
				УК(У)-7.2З1	Знает основы оптимального создания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности
		УК(У)-7.3	Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности	УК(У)-7.3В1	Владеет опытом психофизической регуляции организма (аутогенная тренировка)
				УК(У)-7.3У1	Умеет использовать «двигательную активность» как один из факторов здорового образа жизни
				УК(У)-7.3З1	Знает средства и методы физического воспитания

## 2. Планируемые результаты обучения по дисциплине<sup>1</sup>

После успешного освоения дисциплины будут сформированы результаты обучения:

Планируемые результаты обучения по дисциплине <sup>2</sup>	
--	--

<sup>1</sup> 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»

<sup>2</sup> Результаты обучения более детализировано представляют индикаторы достижения компетенций как формируемые знания, умения и опыт (навыки), конкретные действия, выполняемые обучающимися, после успешного освоения дисциплины (в соответствии с Матрицей компетенций ООП)

Код	Наименование	Индикатор достижения компетенции
РД-1	Уметь составлять индивидуальные программы физического воспитания с оздоровительной, рекреационной, восстановительной направленностью с учетом физиологических особенностей организма	УК(У)-7
РД-2	Владеть опытом составления и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями, гигиенической или тренировочной направленности	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.
<b>Раздел 1.</b> Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Социально-биологические основы физической культуры	РД1	Лекции	2
		Практические занятия	4
		Самостоятельная работа	12
<b>Раздел 2.</b> Основы здорового образа жизни студента. Роль физической культуры в обеспечении здоровья. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Роль средств физической культуры в регулировании работоспособности	РД1	Лекции	2
		Практические занятия	4
		Самостоятельная работа	12
<b>Раздел 3.</b> Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания	РД2	Лекции	2
		Практические занятия	4
		Самостоятельная работа	12
<b>Раздел 4.</b> Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений. Особенности занятий выбранным видом спорта или системы физических упражнений. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов	РД2	Лекции	2
		Практические занятия	4
		Самостоятельная работа	12

### 4. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

#### 4.1. Учебно-методическое обеспечение

1. Алексеев, С. В. Спортивный менеджмент. Регулирование организации и проведения физкультурных и спортивных мероприятий: учебник для вузов / С. В. Алексеев; Московский государственный юридический университет имени О. Е. Кутафина (МГЮА) ; под ред. П. В. Крашенинникова. — Москва: ЮНИТИ-ДАНА, 2014. — 681 с.: ил. — Библиогр.: с. 675-678. — Библиография в примечаниях. — ISBN 978-5-23802540-7. Режим доступа:

<http://catalog.lib.tpu.ru/catalogue/advanced/document/RU%5CTPU%5Cbook%5C282740>

(дата обращения: 07.02.2019)

2. Кабачков, В. А. Профилактика наркомании средствами физической культуры и спорта: учебное пособие для вузов / В. А. Кабачков, В. А. Куренцов, Э. А. Зюрин. — Москва: Академия, 2015. — 224 с.: ил. — Высшее образование. Бакалавриат. — Физическая культура и спорт. — Словарь терминов: с. 219-221. — ISBN 978-5-4468-1482-4. Режим доступа:

<http://catalog.lib.tpu.ru/catalogue/advanced/document/RU%5CTPU%5Cbook%5C319980>

(дата обращения: 09.02.2019)

3. Кобяков, Ю. П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни : учебное пособие для вузов / Ю. П. Кобяков. — 2-е изд.. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2014. — 253 с.: ил. — Высшее образование. — Библиогр.: с. 237-251.. — ISBN 978-5222-21445-9. Режим доступа:

<http://catalog.lib.tpu.ru/catalogue/advanced/document/RU%5CTPU%5Cbook%5C266231>

(дата обращения: 09.02.2019)

4. Холодов, Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта учебник для вузов / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. — 12-е изд., испр. — Москва: Академия, 2014. — 479 с.. — Высшее профессиональное образование. Педагогическое образование. — Бакалавриат. — Библиогр.: с. 472-473.. — ISBN 978-5-4468-0491-7. Режим доступа:

<http://catalog.lib.tpu.ru/catalogue/advanced/document/RU%5CTPU%5Cbook%5C270521>

(дата обращения: 08.02.2019)

## 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/>

3. <http://www.wikipedia.ru/> Internet-ресурсы (в т.ч. в среде LMS MOODLE и др. образовательные и библиотечные ресурсы).

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

1. ...

2. ...