

Документ подписан электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Сенченко Павел Васильевич
Должность: Проректор по учебной работе
Дата подписания: 29.09.2023 07:51:42
Уникальный программный ключ:
27e516f4c088deb62ba68945f4406e13fd454355

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СИСТЕМ
УПРАВЛЕНИЯ И РАДИОЭЛЕКТРОНИКИ»
(ТУСУР)

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Академическая гребля

Уровень образования: **высшее образование - специалитет**

Направление подготовки / специальность: **38.05.01 Экономическая безопасность**

Направленность (профиль) / специализация: **Экономико-правовое обеспечение экономической безопасности**

Форма обучения: **заочная**

Факультет: **ЗиВФ, Заочный и вечерний факультет**

Кафедра: **КИБЭВС, Кафедра комплексной информационной безопасности электронно-вычислительных систем**

Курс: **2**

Семестр: **3, 4**

Учебный план набора 2020 года

Распределение рабочего времени

№	Виды учебной деятельности	3 семестр	4 семестр	Всего	Единицы
1	Лекции	0	2	2	часов
2	Практические занятия	2	2	4	часов
3	Всего аудиторных занятий	2	4	6	часов
4	Самостоятельная работа	70	248	318	часов
5	Всего (без экзамена)	72	252	324	часов
6	Подготовка и сдача зачета	0	4	4	часов
7	Общая трудоемкость	72	256	328	часов

Контрольные работы: 4 семестр - 1

Зачёт: 4 семестр

Томск

1. Цели и задачи дисциплины

1.1. Цели дисциплины

Формирование физической культуры личности и способности направленного использования средств физической культуры, спорта для сохранения и укрепления здоровья, привлечения к занятиям академической греблей большого числа студентов для подготовки из их числа резерва для сборной команды университета, области, России.

1.2. Задачи дисциплины

-
- Понимание роли физической культуры и здорового образа жизни;
- Овладение системой практических умений и навыков в гребном спорте, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности и самоопределение в физической культуре;
 - Формирование мотивационно-целостного отношения к физической культуре, установки на здоровый образ и стиль жизни, физического самосовершенствования и самовоспитания потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
 - Обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
 - Приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Академическая гребля» (Б1.В.07.ДВ.01.05) относится к блоку 1 (вариативная часть).

Предшествующими дисциплинами, формирующими начальные знания, являются: Академическая гребля.

Последующими дисциплинами являются: Академическая гребля.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

- ОК-9 способностью организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни ;

В результате изучения дисциплины обучающийся должен:

- **знать** Научно-практические основы физической культуры; Основы здорового образа жизни; Особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности; Простейшие методики самооценки работоспособности, утомления и применения средств физической культуры для их направленной коррекции; Методику проведения учебно-тренировочного занятия; Методы самооценки специальной физической и спортивной подготовленности по академической гребле; Средства и методы мышечной релаксации в спорте.

- **уметь** Использовать методики эффективных и дополнительных способов жизненно важными умениями и навыками (ходьба, бег, плавание и т.п.) Использовать методы оценки и коррекции осанки и телосложения; Назвать методы регулирования психоэмоционального состояния, применяемые при занятиях физической культурой и спортом.

- **владеть** Основами профессионально-прикладной физической подготовки, определяющей психофизическую готовность к будущей профессии; Методикой самомассажа; Приемами составления и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями, гигиенической или тренировочной направленности; Методами индивидуального подхода и применения средств для направленного развития отдельных физических качеств; Методами организации судейства соревнований по академической гребле; Методами самостоятельного освоения отдельных элементов профессионально-прикладной физической подготовки.

4. Название разделов (тем) дисциплины

Названия разделов дисциплины

3 семестр
1 1. Общая физическая подготовка (ОФП) 2. Специальная подготовка (СП)
3 1. Общая физическая подготовка (ОФП) 2. Специальная подготовка (СП)
4 1. Общая физическая подготовка (ОФП) 2. Специальная подготовка (СП)
4 семестр
2 1. Общая физическая подготовка (ОФП) 2. Специальная подготовка (СП)