

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Шамсутдинов Рамиль Азизович

Должность: Директор ЛФ КНИТУ-КАИ

Дата подписания: 17.09.2021 11:05:25

Уникальный идентификатор:

d31c25eab5d6fbb0cc50a07a646f4c00739e085e7a997e11080667082e8e1114

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Казанский национальный исследовательский  
технический университет им. А.Н. Туполева-КАИ»  
Ленинградский филиал**

Кафедра Естественных и гуманитарных дисциплин

УТВЕРЖДАЮ

Директор ЛФ КНИТУ-КАИ

Р.А. Шамсутдинов

2019г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

дисциплины (модуля)

**Физическая культура и спорт**

**(элективная дисциплина)**

Индекс по учебному плану: **Б1.В.01**

Направление подготовки: **20.03.01 Техносферная безопасность**

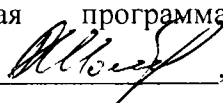
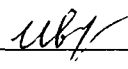
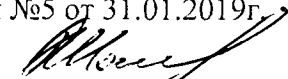
Квалификация: **бакалавр**

Направленность (профиль) программы: **Управление промышленной  
безопасностью и охрана труда**

Виды профессиональной деятельности: **организационно-управленческая,  
экспертная, надзорная и инспекционно-аудиторская**

Ленинград 2019

Рабочая программа составлена на основе требований федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 20.03.01 Техносферная безопасность (уровень бакалавриата), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 21 марта 2016г. № 246, и в соответствии с учебным планом направления 20.03.01, утвержденным Ученым советом КНИТУ-КАИ «30» января 2019 г., протокол №1.

Рабочая программа дисциплины (модуля) разработана доцентом Шамсутдиновым Р.А. , ст.преподавателем Ивановой Г.Д. , утверждена на заседании кафедры ЕНГД протокол №5 от 31.01.2019г., заведующий кафедрой к.соц.н. Шамсутдинов Р.А. 

Рабочая программа дисциплины:	Наименование подразделения	Дата	№ протокола	подпись
СОГЛАСОВАНА	на заседании кафедры ЭиМ	31.01.2019	№5	 Зав.кафедрой А.В. Гумеров
ОДОБРЕНА	Учебно-методическая комиссия ЛФ КНИТУ-КАИ	31.01.2019	№5	 Председатель УМК З.И.Аскарова
СОГЛАСОВАНА	Научно-техническая библиотека	31.01.2019		 Библиотекарь Страшнова А.Г.

## РАЗДЕЛ 1. ИСХОДНЫЕ ДАННЫЕ И КОНЕЧНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

### 1.1. Цели изучения дисциплины (модуля)

Основной целью изучения дисциплины является формирование физической культуры личности, сохранение и укрепление здоровья, психофизическая подготовка к будущей социально-профессиональной деятельности, включение в здоровый образ жизни, систематическое физическое самосовершенствование.

### 1.2. Задачи дисциплины (модуля)

Основными задачами дисциплины являются:

- приобрести практические умения и навыки, обеспечивающие сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- обеспечить общую и профессионально-прикладную физическую подготовленность, определяющую психофизическую готовность студентов к будущей профессии;
- приобрести опыт творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

### 1.3. Место дисциплины (модуля) в структуре ОП ВО

Дисциплина Б1.В.01 Физическая культура и спорт (элективная дисциплина) относится к вариативной части Блока1 Дисциплины (модули) и является продолжением дисциплины «Физическая культура и спорт».

Она направлена на успешное овладение других учебных дисциплин, решение образовательных, развивающих, воспитательных и оздоровительных задач, обеспечение всесторонней подготовленности личности. Логическая и содержательная связь дисциплин, участвующих в формировании представленных в п.1.5 компетенций:

**Компетенция:** ОК-1

**Предшествующие дисциплины:** -

**Дисциплины, изучаемые одновременно:** Физическая культура и спорт, Физиология человека, Медико-биологические основы безопасности.

**Последующие дисциплины:** Защита выпускной квалификационной работы, включая подготовку к процедуре защиты и процедуру защиты

### 1.4. Объем дисциплины (модуля) (с указанием трудоемкости всех видов работы)

Таблица 1а

#### Объем дисциплины (модуля) для очной формы обучения

Виды учебной работы	Общая трудоемкость	Семестр					
		1	2	3	4	5	6
		в час	в час	в час	в час	в час	в час
<b>Общая трудоемкость дисциплины (модуля)</b>	<b>328</b>	<b>54</b>	<b>48</b>	<b>54</b>	<b>48</b>	<b>54</b>	<b>70</b>
<i>Контактная работа обучающихся с преподавателем (аудиторные занятия)</i>	328	54	48	54	48	54	70
Лекции							
Лабораторные занятия							
Практические занятия	328	54	48	54	48	54	70
<i>Самостоятельная работа студентов</i>							
Проработка учебного материала							
Курсовой проект							
Курсовая работа							
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>							

Промежуточная аттестация:		зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет
---------------------------	--	-------	-------	-------	-------	-------	-------

Таблица 16

### Объем дисциплины (модуля) для заочной формы обучения

Виды учебной работы	Общая трудоемко сть	Семестр					
		1	2	3	4	5	6
		в час	в час	в час	в час	в час	в час
<b>Общая трудоемкость дисциплины (модуля)</b>	<b>328</b>	<b>54</b>	<b>54</b>	<b>54</b>	<b>54</b>	<b>54</b>	<b>58</b>
<i>Контактная работа обучающихся преподавателем (аудиторные занятия)</i>	<i>с</i>						
Лекции							
Лабораторные занятия							
Практические занятия							
<i>Самостоятельная работа студентов</i>	<i>316</i>	<i>54</i>	<i>50</i>	<i>54</i>	<i>50</i>	<i>54</i>	<i>54</i>
Проработка учебного материала	316	54	50	54	50	54	54
Курсовой проект							
Курсовая работа							
<i>Подготовка промежуточной аттестации</i>	<i>к</i>	<i>12</i>	<i>4</i>		<i>4</i>		<i>4</i>
Промежуточная аттестация:			зачет		зачет		зачет

### 1.5 Планируемые результаты обучения

Таблица 2

#### Формируемые компетенции

Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля)	Уровни освоения составляющих компетенций		
	Пороговый	Продвинутый	Превосходный
<b>ОК-1 владением компетенциями сохранения здоровья (знание и соблюдение норм здорового образа жизни и физической культуры)</b>			
<b>Умение (ОК-1У)</b> - использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни; - выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики;	Умеет анализировать явные последствия проявлений профессиональной деятельности на здоровый образ жизни; предлагать на основе анализа возможные решения, развития основных физических качеств	Умеет оценивать степень риска отрицательного воздействия своей профессиональной деятельности на здоровье; вырабатывать рекомендации по ведению здорового образа жизни на основе уже существующих.	Умение на основе теоретических знаний выбирать наиболее оптимальные варианты охраны своего здоровья в зависимости от вида профессиональной деятельности; умение осуществлять подбор необходимых прикладных физических упражнений для адаптации организма к различным условиям труда и специфическим воздействиям внешней среды, а также в результате своей профессиональной деятельности;
<b>Владение (ОК-1В)</b>	Владеет навыками	Владеет навыками	Владеет навыками

<p>средствами самостоятельного, методически правильного использования методов физического воспитания, средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.</p>	<p>применения комплекса физических упражнений для укрепления здоровья</p>	<p>применения системы физических упражнений для укрепления здоровья и поддержания здорового образа жизни</p>	<p>применения системы физических упражнений для укрепления здоровья; здоровье-сберегающими технологиями; средствами и методами воспитания прикладных физических упражнений и качеств, необходимых для успешного и эффективного выполнения определенной трудовой деятельности.</p>
--	---	--	---

## РАЗДЕЛ 2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И ТЕХНОЛОГИЯ ЕЕ ОСВОЕНИЯ

### 2.1. Структура дисциплины (модуля) и ее трудоемкость

Таблица 3

#### Распределение фонда времени по направлениям

Элективные направления	Всего часов	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах/интерактивные часы)				Коды составляющих компетенций	Формы текущего/промежуточного контроля успеваемости из фонда оценочных средств (ФОС)
		лекции	лаб. раб.	пр. зан.	сам. раб.		
Направление 1 Общая физическая подготовка	328			328		ОК-1 (У, В)	ФОС ПА
Направление 2 Спортивные игры (волейбол, баскетбол, футбол и др.)	328			328		ОК-1 (У, В)	ФОС ПА

#### Распределение фонда времени по видам занятий

Таблица 3а

#### Физическая культура и спорт (элективная дисциплина) – Общая физическая подготовка

Наименование раздела и темы	Всего часов	Практические занятия						Коды составляющих компетенций	Формы и вид контроля освоения составляющих компетенций (из фонда оценочных средств)
		Семестр							
		1	2	3	4	5	6		
<b>Раздел 1. Легкая атлетика</b>	<b>76</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>16</b>	<b>ОК-1 (У, В)</b>	ФОС ТК-1
1.1 ОФП	14	2	2	2	2	2	4	ОК-1 (У, В)	
1.2 Бег	24	4	4	4	4	4	4	ОК-1 (У, В)	
1.3 Прыжки	24	4	4	4	4	4	4	ОК-1 (У, В)	
1.4 Метание гранаты	14	2	2	2	2	2	4	ОК-1 (У, В)	
<b>Раздел 2. Гимнастика</b>	<b>68</b>	<b>12</b>	<b>10</b>	<b>12</b>	<b>10</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>ОК-1 (У, В)</b>	ФОС ТК-2

2.1 Оздоровительные виды гимнастики	36	6	6	6	6	6	6	ОК-1 (У, В)	ФОС ТК - 3
2.2 Атлетическая гимнастика	32	6	4	6	4	6	6	ОК-1 (У, В)	
<b>Раздел 3. Спортивные и подвижные игры</b>	<b>184</b>	<b>30</b>	<b>26</b>	<b>30</b>	<b>26</b>	<b>30</b>	<b>42</b>	<b>ОК-1 (У, В)</b>	
4.1 Баскетбол	50	10	6	10	6	8	10	ОК-1 (У, В)	
4.2 Волейбол	42	6	6	6	6	6	12	ОК-1 (У, В)	
4.3 Футбол	20	2	4	2	4	4	4	ОК-1 (У, В)	
4.4 Бадминтон	26	4	4	4	4	4	6	ОК-1 (У, В)	
4.5 Настольный теннис	20	4	2	4	2	4	4	ОК-1 (У, В)	
4.6 Подвижные игры	26	4	4	4	4	4	6	ОК-1 (У, В)	
Итого	<b>328</b>	<b>54</b>	<b>48</b>	<b>54</b>	<b>48</b>	<b>54</b>	<b>70</b>		
		Зачет	Зачет	Зачет	Зачет	Зачет	Зачет	ОК-1 (У, В)	<b>ФОС ПА</b>

**Таблица 36**

**Физическая культура и спорт (элективная дисциплина) - Спортивные игры**

Наименование раздела и темы	Всего часов	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах/интерактивные часы)						Коды составляющих компетенций	Формы и вид контроля освоения составляющих компетенций (из фонда оценочных средств)
		Семестр							
		1	2	3	4	5	6		
Раздел 1. Спортивные игры	<b>252</b>	<b>42</b>	<b>36</b>	<b>42</b>	<b>36</b>	<b>42</b>	<b>54</b>	ОК-1 (У, В)	ФОС ТК-1
1.1. Волейбол	72	6	18	6	18	6	18		
1.2. Баскетбол	78	18	6	18	6	18	12		
1.3. Бадминтон	42	10	2	10	2	10	8		
1.4. Настольный теннис	24	2	4	2	4	2	10		
1.5. Футбол	36	6	6	6	6	6	6		
Раздел 2. Легкая атлетика	<b>40</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	ОК-1 (У, В)	ФОС ТК-2
2.1 ОФП	16	2	2	2	2	2	6		
2.2. Бег	12	2	2	2	2	2	2		
2.3. Прыжки	12	2	2	2	2	2	2		
Раздел 3. Гимнастика	<b>36</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	ОК-1 (У, В)	ФОС ТК-3
3.1 Оздоровительная гимнастика	18	3	3	3	3	3	3		
3.2 Атлетическая гимнастика	18	3	3	3	3	3	3		
Итого	<b>328</b>	<b>54</b>	<b>48</b>	<b>54</b>	<b>48</b>	<b>54</b>	<b>70</b>		
		Зачет	Зачет	Зачет	Зачет	Зачет	Зачет	ОК-1 (У, В)	<b>ФОС ПА</b>

**Распределение фонда времени по видам занятий  
в специальной медицинской группе**

Наименование раздела и темы	Все го часов	Семестр						Коды составляющих компетенций	Формы и вид контроля освоения составляющих компетенций (из фонда оценочных средств)
		1	2	3	4	5	6		
Раздел 1. Общая физическая подготовка (адаптивные формы и виды)	112	18	18	18	18	18	22	ОК-1 (У,В)	ФОС ТК-1
Раздел 2. Профилактическая гимнастика, оздоровительная гимнастика	108	24	12	24	12	24	12	ОК-1 (У,В)	ФОС ТК-2
Раздел 3. Спортивные и подвижные игры	108	12	18	12	18	12	24	ОК-1 (У,В)	ФОС ТК-3
Итого	328	54	48	54	48	54	70		
		Зачет	Зачет	Зачет	Зачет	Зачет	Зачет	ОК-1 (У, В)	<b>ФОС ПА</b>

Таблица 4

**Матрица компетенций по разделам РП**

Наименование раздела (тема)	Формируемые компетенции (составляющие компетенций)		
	ОК-1		
	ОК-1З	ОК-1У	ОК-1В
Раздел 1.	-	+	+
Раздел 2.	-	+	+
Раздел 3.	-	+	+

## 2.2. Содержание дисциплины (модуля)

### Направление 1. Общая физическая подготовка

#### Раздел 1. ОФП Легкая атлетика

##### *Тема 1.1* ОФП.

Ходьба и бег. Общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами. Упражнения на развитие силы, быстроты, скорости, координации, выносливости, гибкости.

Литература: [1], [2]

##### *Тема 1.2* Бег.

Бег на короткие дистанции, средние и длинные дистанции. Марафонский бег. Эстафетный бег. Челночный бег.

Литература: [1], [2]

##### *Тема 1.3* Прыжки.

Прыжки через скакалку, с места, с разбега, в длину, в высоту. Прыжки с ног на ногу, прыжки, спиной вперед, с поворотами.

Литература: [1], [2]

##### *Тема 1.4* Метание гранаты на дальность.

Метание гранат с разбега или с места "бросок из-за головы через плечо".



Литература: [1], [2]

## **Раздел 2. Гимнастика.**

### **Тема 2.1** Оздоровительные виды гимнастики

Комплексы оздоровительной гимнастики. Комплексы утренней гигиенической (зарядка) и вводной гимнастики, физкультпаузы, физкультминутки в учебных заведениях, на производстве. Лечебная и ритмическая гимнастика.

Литература: [1], [2]

### **Тема 2.2** Атлетическая гимнастика.

Упражнения без отягощений и предметов, сгибания и разгибания рук в упоре лежа (отжимание). Упражнения силового характера на перекладине (подтягивание). Упражнения с гимнастическими предметами определенной тяжести (набивными мячами).

Упражнения со стандартными отягощениями: гантелями, гириями.

Литература: [1], [2]

## **Раздел 3. Спортивные и подвижные игры.**

### **Тема 3.1** Баскетбол.

Техника передвижений, остановки, повороты без мяча и с мячом, передачи мяча одной и двумя руками на месте и в движении, ловли мяча одной и двумя руками, ведения мяча, обводка противника, бросков мяча с места, в движении, одной и двумя руками. Техника защиты. Техника перемещений. Техника овладения мячом, вырывание и выбивание мяча, перехват. Противодействие ведению, проходам, броскам в корзину. Овладение мячом, отскочившим от щита. Правила игры и основы судейства.

Литература: [1], [2].

### **Тема 3.2** Волейбол

Передачи мяча, совершенствование подач; техники игры в защите и нападении; обучение тактическим приемам игры; обучение технике блокирования мяча; совершенствование техники в двухсторонней игре. Правила соревнований, основы судейства.

Литература: [1], [2].

### **Тема 3.3** Футбол.

Техника владения мячом; технике передач; техническим приемам игры в нападении и защите; совершенствование техники в двухсторонней игре.

Литература: [1], [2].

### **Тема 3.4** Бадминтон.

Техника и тактика игры, Понятия о стратегии, тактике, стиле и системе игры.

Литература: [1], [2].

### **Тема 3.5** Настольный теннис.

Техника подачи и приема мяча; совершенствование техники нападающего удара; совершенствование технических приемов в двухсторонней игре. Правила соревнований, основы судейства.

Литература: [1], [2].

### **Тема 3.6** Подвижные игры.

Развитие мышления, смекалки, сноровки, ловкости, морально волевых качеств. Снайперы. Регби. Веселые старты. Эстафеты...

## **Направление 2. Спортивные игры**

### **Раздел 1. Спортивные игры.**

#### **Тема 1.1** Волейбол

Передачи мяча, совершенствование подач; техники игры в защите и нападении; обучение тактическим приемам игры; обучение технике блокирования мяча; совершенствование техники в двухсторонней игре. Правила соревнований, основы судейства.

Литература: [1], [2].

### **Тема 1.2** Баскетбол.

Техника передвижений, остановки, повороты без мяча и с мячом, передачи мяча одной и двумя руками на месте и в движении, ловли мяча одной и двумя руками, ведения мяча, обводка противника, бросков мяча с места, в движении, одной и двумя руками. Техника защиты. Техника перемещений. Техника овладения мячом, вырывание и выбивание мяча, перехват. Противодействие ведению, проходам, броскам в корзину. Овладение мячом, отскочившим от щита. Правила игры и основы судейства.

Литература: [1], [2].

### **Тема 1.3** Бадминтон.

Техника и тактика игры, Понятия о стратегии, тактике, стиле и системе игры.

Литература: [1], [2].

### **Тема 1.4** Настольный теннис.

Техника подачи и приёма мяча; совершенствование техники нападающего удара; совершенствование технических приёмов в двухсторонней игре. Правила соревнований, основы судейства.

Литература: [1], [2].

### **Тема 1.5** Футбол.

Техника владения мячом; технике передач; техническим приёмам игры в нападении и защите; совершенствование техники в двухсторонней игре.

Литература: [1], [2].

## **Раздел 2. Легкая атлетика**

### **Тема 2.1** ОФП.

Ходьба и бег. Общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами. Упражнения на развитие силы, быстроты, скорости, координации, выносливости, гибкости.

Литература: [1], [2]

### **Тема 2.2** Бег.

Бег на короткие дистанции, средние и длинные дистанции. Марафонский бег. Эстафетный бег. Челночный бег.

Литература: [1], [2]

### **Тема 3.3** Прыжки.

Прыжки через скакалку, с места, с разбега, в длину, в высоту. Прыжки с ног на ногу, прыжки, спиной вперёд, с поворотами.

Литература: [1], [2]

## **Раздел 3. Гимнастика**

### **Тема 3.1** Оздоровительные виды гимнастики

Комплексы оздоровительной гимнастики. Комплексы утренней гигиенической (зарядка) и вводной гимнастики, физкультпаузы, физкультминутки в учебных заведениях, на производстве. Лечебная и ритмическая гимнастика.

Литература: [1], [2]

### **Тема 3.2** Силовая, атлетическая гимнастика.

Упражнения без отягощений и предметов, сгибания и разгибания рук в упоре лежа (отжимание). Упражнения силового характера на перекладине (подтягивание). Упражнения с гимнастическими предметами определенной тяжести (набивными мячами).

Упражнения со стандартными отягощениями: гантелями, гириями.

Литература: [1], [2]

## **Тематика практических занятий дисциплины «Физическая культура и спорт (Элективная дисциплина)» в специальной медицинской группе**

### **Раздел 1. Общая физическая подготовка (адаптивные формы и виды)**

Ходьба и бег и его разновидности. Общеразвивающие и специальные упражнения, направленные на повышение уровня общего физического развития.

**Литература:** [1], [2].

### **Раздел 2. Профилактическая гимнастика, оздоровительная гимнастика**

Специальные упражнения для профилактики различных заболеваний.

**Литература:** [1]; [2]; [4].

### **Раздел 3. Спортивные и подвижные игры (настольный теннис, бадминтон, баскетбол, волейбол) ППФП.**

Спортивные игры. Обучение элементам техники спортивных игр (адаптивные формы): баскетбол, волейбол, футбол, настольный теннис, бадминтон, народные игры.

Подвижные игры и эстафеты с предметами и без них, с простейшими способами передвижения, не требующие проявления максимальных усилий и сложно-координационных действий. Доступные виды эстафет: с предметами и без них.

**Литература:** [1]; [2]; [3], [4].

### **2.3. Курсовой проект/курсовая работа**

*Курсовой проект/курсовая работа по дисциплине Физическая культура и спорт (элективная дисциплина) в соответствии с учебным планом не предусмотрен.*

### РАЗДЕЛ 3. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И КРИТЕРИИ ОЦЕНОК ОСВОЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

#### 3.1. Оценочные средства для текущего контроля

Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля (ФОС ТК) является составной частью РП дисциплины (модуля) и хранится на кафедре.

Таблица 5

Фонд оценочных средств текущего контроля

№ п/п	Наименование раздела (модуля)	Вид оценочных средств	Примечание
1	2	3	4
1.	Раздел 1	ФОС ТК-1	Выполнение нормативов по физической подготовленности
2.	Раздел 2	ФОС ТК-2	Выполнение нормативов по физической подготовленности
3	Раздел 3	ФОС ТК-3	Выполнение нормативов по физической подготовленности

#### Типовые оценочные средства для текущего контроля:

Баскетбол: штрафной бросок

Штрафной бросок	1 балл	2 балла	3 балла
5 попыток (превосходный уровень освоения)	3 попадания в кольцо	4 попадания в кольцо	5 попаданий в кольцо
5 попыток (продвинутый уровень усвоения)	1 попадание в кольцо	2 попадания в кольцо	3 попадания в кольцо
5 попыток (пороговый уровень усвоения)	Правильная техника исполнения	Правильная техника исполнения	Правильная техника исполнения

#### 3.2 Оценочные средства для промежуточного контроля.

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации (ФОС ПА) является составной частью РП дисциплины, разработан в виде отдельного документа.

#### 3.3 Форма и организация промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

Промежуточная аттестация по итогам освоения учебной дисциплины осуществляется в форме зачета.

Критерием уровня освоения учебного материала является оценка преподавателя, учитывающая выполнение тестов (нормативов по физической подготовленности).

#### 3.4. Критерии оценки промежуточной аттестации

Таблица 6

Система оценки промежуточной аттестации

Описание оценки в требованиях к уровню и объему компетенций	Выражение в баллах	Словесное выражение
Освоен превосходный уровень усвоения компетенций	от 86 до 100	Зачтено
Освоен продвинутый уровень усвоения компетенций	от 71 до 85	Зачтено
Освоен пороговый уровень усвоения компетенций	от 51 до 70	Зачтено
Не освоен пороговый уровень усвоения компетенций	до 51	Не зачтено

## **РАЗДЕЛ 4. ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

### **4.1. Учебно-методическое обеспечение дисциплины**

#### **4.1.1. Основная литература:**

1. Акишин Б.А. Индивидуальный выбор видов спорта. [Электронный ресурс]: учебное пособие / Б.А. Акишин, И.М. Галимов, Э.В. Галимова, А.В. Гришин. – Казань: Изд-во КГТУ им. А.Н. Туполева, 2017. – 144 с. - Режим доступа: <http://www.e-library.kai.ru/reader/hu/flipping/Resource-3152/3066.pdf/index.html>
2. Муллер А. Б. Физическая культура. [Электронный ресурс]: учебник и практикум для прикладного бакалавриата. – М.: Юрайт, 2019. – 424 с. – Режим доступа: <https://www.biblio-online.ru/viewer/fizicheskaya-kultura-431985#page/2>

#### **4.1.2 Дополнительная литература**

3. Письменский И. А., Аллянов Ю. Н. Физическая культура. [Электронный ресурс]: Учебник для бакалавриата и специалитета. – М.: Юрайт, 2019. – 494 с. - – Режим доступа: <https://www.biblio-online.ru/viewer/fizicheskaya-kultura-431427#page/1>
4. Атлетическая подготовка в вузе: учебное пособие [Электронный ресурс] / Ф. Ю. Ахметзянов [и др.]. - Казань: Изд-во КГТУ им. А.Н. Туполева, 2008. - 96 с. - Режим доступа: <http://e-library.kai.ru/reader/hu/flipping/Resource-117/%D0%9C32.pdf/index.html>

#### **4.1.3 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине**

1. Иванова Г.Д. Учебно-методический комплекс по дисциплине "Физическая культура". - Казань: ГБУ РЦМКО РИЦ, 2013. - 40 с.
2. Акробатика. [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / В.Г.Дьякова, А.Ш.Гиниятуллин, Л.З. Павлова - Казань: Издательство КГТУ им. А.Н. Туполева. 2012. – 64с. - Режим доступа: [http://e-library.kai.ru/reader/hu/flipping/Resource-1853/812556\\_0000.pdf/index.html](http://e-library.kai.ru/reader/hu/flipping/Resource-1853/812556_0000.pdf/index.html)
3. Акишин Б.А., Ермолаев В.М., Смелкова Е.В., Ахметзянов Ф.Ю. Методическая подготовка студентов в процессе физического воспитания. [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / под ред. В.М.Ермолаева.- Казань: Издательство КГТУ им. А.Н. Туполева, 2007. - 88с. - Режим доступа: [http://e-library.kai.ru/reader/hu/flipping/Resource-1405/795833\\_0000.pdf/index.html](http://e-library.kai.ru/reader/hu/flipping/Resource-1405/795833_0000.pdf/index.html)

#### **4.1.4 Методические рекомендации для студентов, в том числе по выполнению самостоятельной работы**

Главная цель практического занятия - помочь студентам организовать эффективный режим двигательной активности для совершенствования физических и функциональных возможностей. Самостоятельная работа студента выполняется по заданию при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

Студентам, желающим повысить свой уровень физического развития и функциональной подготовленности, самостоятельно подготовиться к успешной сдаче контрольных нормативов по учебной программе «физической культуры и спорт» расширить двигательный диапазон здорового образа жизни рекомендуются следующие формы:

- утренняя гигиеническая гимнастика («зарядка»);
- учебная гимнастика, упражнения в течение учебного дня;
- самостоятельные занятия.

Их рекомендуется выполнять каждому студенту, так как они помогают восполнить дефицит двигательной активности и являются прекрасным средством профилактики умственного утомления, укрепления здоровья, активного отдыха, воспитания волевых качеств, формирования здорового образа жизни.

#### **4.1.5 Методические рекомендации для преподавателей**



Преподавательскому составу необходимо применять современными формы и технологии проведения практических занятий: игры, игровое проектирование, креативные техники и другие приемы, потому что именно они развивают профессиональные и общекультурные компетенции студента, формируют необходимые для профессии умения и навыки, создают предпосылки для психологической готовности внедрять в реальную практику освоенные умения и навыки.

## **4.2. Информационное обеспечение дисциплины (модуля)**

### **4.2.1 Основное информационное обеспечение**

- e-library.kai.ru – Библиотека Казанского национального исследовательского технического университета им. А.Н. Туполева
- [elibrary.ru](http://elibrary.ru) – Научная электронная библиотека
- e.lanbook.ru - ЭБС «Издательство «Лань»
- [znanium.com](http://znanium.com) – Электронно-библиотечная система Znanium
- <https://biblio-online.ru/> - Электронная библиотека «Юрайт»

### **4.2.2 Дополнительное справочное обеспечение**

#### **Учебно-методические издания КНИТУ-КАИ:**

1. Иванова Г.Д. Учебно-методический комплекс по дисциплине "Физическая культура". - Казань: ГБУ РЦМКО РИЦ, 2013. - 40 с.

#### **Периодические издания:**

Теория и практика физической культуры. Monthly Scientific Theoretical Journal .- Режимдоступа:<http://www.teoriya.ru/ru/taxonomy/term/3>

Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Научно-методический журнал Российской Академии Образования Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодежи и туризма. - Режим доступа: <http://www.teoriya.ru/ru/taxonomy/term/2>

Журнал Физкультура и спорт: Золотая библиотека здоровья.- Режим доступа: <http://www.fismag.ru>

Электронный журнал Камской государственной академии физической культуры, спорта и туризма "Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта" - Режим доступа: <http://www.kamgifk.ru/magazin/journal.htm>

## **4.3 Кадровое обеспечение**

### **4.3.1 Базовое образование**

Ведущий преподаватель дисциплины, как правило, имеет базовое образование и/или ученую степень, соответствующие профилю преподаваемой дисциплины.

### **4.3.2 Профессионально-предметная квалификация преподавателей**

Профессионально-предметная деятельность преподавателей связана с дисциплиной «Физическая культура и спорт». Направления научных и прикладных работ имеют непосредственное отношение к содержанию и требованиям дисциплины.

Преподаватель участвует в научно-исследовательской работе кафедры, в семинарах и конференциях по направлению исследований кафедры в рамках своей дисциплины. Руководит научно-исследовательской работой студентов, систематически выступает на региональных и международных научных конференциях, публикует научные работы.

### **4.3.3 Педагогическая (учебно-методическая) квалификация преподавателей**

Преподаватели, ведущие дисциплину, имеют стаж научно-педагогической работы (не менее 1 года) или практический опыт работы в предметной области на должностях руководителей или ведущих специалистов более 3 последних лет.

Преподаватели проходят повышение квалификации (стажировку) не реже, чем один раз в три года, в предметной области.

#### 4.4. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Для реализации учебного процесса по дисциплине требуется следующее материально-техническое обеспечение:

Таблица 7

#### Материально-техническое обеспечение дисциплины

Наименование раздела (темы) дисциплины	Наименование учебной лаборатории, аудитории, класса	Перечень лабораторного оборудования, специализированной мебели и технических средств обучения	Количество единиц
Все разделы	Спортивный зал (Л. 215)	- стенка (гимнастическая); - скамейка (гимнастическая); - волейбольная сетка; - баскетбольные щиты, кольца, сетка; - маты гимнастические; - лыжи; - лыжные ботинки; - лыжные палки; - обручи; - скакалки гимнастические; - беговая дорожка; - бадминтонные ракетки; - ракетки для тенниса; - гири; - гантели; - мячи волейбольные, футбольные, баскетбольные; - теннисный стол; - набивные мячи; - шахматы; - волейбольные стойки; - скамья односторонняя (в раздевалках); - заградительные устройства на окна и радиаторы; - турник навесной.	8 6 1 6 6 6 28 28 10 10 20 1 4 4 2 6 20  1 15 4 1 10 6 6
Разделы 1-3	Универсальная спортивная площадка	- площадка для игры в баскетбол и волейбол с покрытием из резиновой крошки; - ограждение ; - наружное освещение; - стойка для волейбола с сеткой ; - стойка баскетбольная со щитком и сеткой.	1 1  1 2
	Помещение для самостоятельной работы студента (Л. 112)	- персональный компьютер ; - ЖК монитор 19” ; - столы компьютерные; - учебные столы, стулья;	9 9 9

## 5. Вносимые изменения и утверждения

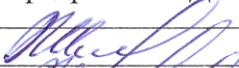
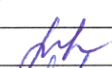
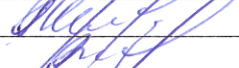

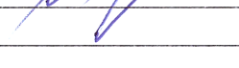
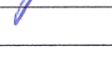
### 5.1. Лист регистрации изменений, вносимых в рабочую программу дисциплины (модуля)

№ п/п	№ раздела внесения изменений	Дата внесения изменений	Содержание изменений	«Согласовано» Зав. кафедрой ЕНГ Д	«Согласовано» председатель УМК филиала
1	2	3	4	5	6
1					
2					
3					
4					
5					
6					



**5.2 Лист утверждения рабочей программы учебной дисциплины на учебный год**

Рабочая программа дисциплины утверждена на ведение учебного процесса в учебном году:

<b>Учебный год</b>	<b>«Согласовано» Зав. кафедрой ЕНГД</b>	<b>«Согласовано» председатель УМК филиала</b>
2019/2020		
2020/2021		
2021/2022		
2022/2023		
2023/2024		