

«

. . . . - »

() _____
(, ,)
_____ (,)

()

_____ ()

: 1. .01

:13.03.03 « _____ »

: _____

: - _____

() : _____ - _____ ;

_____ -

()

. ,

. ,

. . ,

. .

РАЗДЕЛ 1. ИСХОДНЫЕ ДАННЫЕ И КОНЕЧНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1 Цель изучения дисциплины (модуля)

Целью физического воспитания студентов КНИТУ-КАИ 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).

Для достижения указанной цели необходимо решить следующие задачи:

1. Определить роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к социально-профессиональной деятельности;

2. Изучить научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни;

3. Сформировать мотивационно-ценностное отношение студентов к физической культуре, установку на здоровый образ жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;

4. Приобрести практические умения и навыки, обеспечивающие сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей и свойств личности, самоопределение в физической культуре;

5. Обеспечить общую и профессионально-прикладную физическую подготовку, определяющую психофизическую готовность студентов к будущей профессии;

6. Приобрести опыт творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

1.3 Место дисциплины (модуля) в структуре ОП ВО.

В КНИТУ-КАИ дисциплина «Физическая культура и спорт» (элективная дисциплина) 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.

1.4 Квалификационные требования к содержанию и уровню освоения дисциплины.

Компетенции, которые должны быть реализованы в ходе освоения дисциплины: *ОК – 8 Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности*

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

2.1. Структура дисциплины (модуля), ее трудоемкость.

Физическая культура и спорт (элективная дисциплина) включает в себя следующие направления: Общая физическая подготовка; Фитнес; Силовые единоборства; Спортивные игры.

Распределение фонда времени по видам занятий (по семестрам)

Таблица 1а

Направление Общая физическая подготовка

Наименование раздела и темы	Все го часов	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах/интерактивные часы)						Коды составляющих компетенций	Формы среднего/промежуточного контроля успеваемости из фонда оценочных средств (ФОС)	Образовательные технологии, в том числе интерактивные
		Семестр								
		1	2	3	4	5	6			
Блок 1. Легкая атлетика	72	12	12	12	12	12	12	ОК-8 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК легкая атлетика
Блок 2. Фитнес (с элементами йоги, аэробики, атлетической гимнастики и др.)	72	12	12	12	12	12	12	ОК-8 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК фитнес
Блок 3. Плавание	36		12		12		12	ОК-8 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК плавание
Блок 4. Лыжная подготовка	36	12		12		12		ОК-8 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК лыжи
Блок 5. Спортивные игры (Волейбол, баскетбол, футбол и др.)	112	18	18	18	18	18	22	ОК-8 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК спорт игры
Итого	328	54	54	54	54	54	58			
Зачет		ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА			

Таблица 16

Направление Фитнес

Наименование раздела и темы	Все го 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)	Образовательные технологии, в том числе интерактивные
		Семестр								
		1	2	3	4	5	6			
Блок 1. Фитнес (пилатес, йога, стэп, аэробика, атлетическая гимнастика и др.)	256	42	42	42	42	42	46	ОК-8 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК фитнес
Блок 2. Плавание	36	12		12		12		ОК-8 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК плавание
Блок 3. Лыжная подготовка	36		12		12		12	ОК-8 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК лыжи
Итого	328	54	54	54	54	54	58			
Зачет		ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА			

Таблица 1в

Направление Силовые единоборства

Наименование раздела и темы	Все го 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)	Образовательные технологии, в том числе интерактивные
		Семестр								
		1	2	3	4	5	6			
Блок 1. Силовые единоборства (бокс, каратэ, армспорт, гиревой спорт и др.)	256	42	42	42	42	42	46	ОК-8 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС Т К единоборства
Блок 2. Плавание	36		12		12		12	ОК-8 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК плавание
Блок 3. Лыжная подготовка	36	12		12		12		ОК-8 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК лыжи
Итого	328	54	54	54	54	54	58			
Зачет		ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА			

Таблица 1г

Направление Спортивные игры

Наименование раздела и темы	Все го 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)	Образовательные технологии, в том числе интерактивные
		Семестр								
		1	2	3	4	5	6			
Блок 1. Спортивные игры (Волейбол, баскетбол, футбол, хоккей и др.)	256	42	42	42	42	42	46	ОК-8 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК спортигры
Блок 2. Плавание	36	12		12			12	ОК-8 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК плавание
Блок 3. Лыжная подготовка	36		12		12		12	ОК-8 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК лыжи
Итого	328	54	54	54	54	54	58			
Зачет		ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА			

Таблица 1д

Распределение фонда времени по видам занятий в специальной медицинской группе

Наименование раздела и темы	Все го 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)	Образовательные технологии, в том числе интерактивные
		Семестр								
		1	2	3	4	5	6			
Блок 1. Общая физическая подготовка (адаптивные формы и виды)	112	18	18	18	18	18	22	ОК-8 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК 1
Блок 2. Плавание	36		12		12		12	ОК-8 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК 2
Блок 3. Лыжная подготовка	36	12		12			12	ОК-8 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК 3

Блок 4. Профилактическая гимнастика, оздоровительная гимнастика	72	12	12	12	12	12	12	ОК-8 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК 4
Блок 5. Спортивные и подвижные игры (настольный теннис, бадминтон, баскетбол, волейбол)	72	12	12	12	12	12	12	ОК-8 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК 5
Итого	328	54	54	54	54	54	58			
Зачет		ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА			

РАЗДЕЛ 3. ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.

3.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.

3.1.1. Основная литература:

1. Физическая культура: учебник для студ. Вузов / М.Я. Виленский [и др.]; под ред. М.Я. Виленского. – М.: КНОРУС, 2012. – 424 с.
2. Физическое воспитание студентов: учебное пособие / под общей ред. Б.А. Акишина и В.М. Ермолаева. – 2-е изд-е, перераб. и дополн. – Казань: Изд-во Казан. гос. техн. ун-та, 2013. – 256 с.

3.1.2. Дополнительная литература:

3. Смелкова Е.В. Аэробные физические упражнения: учебно-методическое пособие / Е.В. Смелкова, Е.Б. Титова. – Казань: Изд-во Казан. гос. техн. ун-та, 2013. – 44 с.
4. Масалова О.Ю. Физическая культура. Педагогические основы ценностного отношения к здоровью: учеб. пособие для студ. вузов / О.Ю. Масалова; под ред. М.Я. Виленского. – М.: КНОРУС, 2012. – 184 с.

3.1.3. Методическая литература к выполнению практических и/или лабораторных работ:

5. Юсупов Р.А. Особенности организации физкультурно-спортивной деятельности студентов. Учебно-методическое пособие. – Казань: Изд-во Казан. гос. техн. ун-та, 2015. – 116 с.
6. Виленский М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: учеб. пособие для студ. вузов / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. – М.: КНОРУС, 2012. – 240 с.

3.2. Информационное обеспечение дисциплины (модуля)

3.2.1. Основное информационное обеспечение.

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины «Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)»:

Юсупов Р.А., Покровская Т.Ю., Козлова А.В., Титова Е.Б. и др. Физическая культура и спорт (элективная дисциплина) [Электронный ресурс]: курс дистанц. обучения по всем реализуемым направлениям в вузе. КНИТУ-КАИ, Казань, 2016. – Доступ по логину и паролю. URL:

https://bb.kai.ru:8443/webapps/blackboard/execute/content/blankPage?cmd=view&content_id=177991_1&course_id=11577_1

Учебно-методические издания КНИТУ-КАИ:

1. Ахметзянов Ф.Ю., Мерида С.Н., Акишин Б.А., Хамидуллина Л.Т. Атлетическая подготовка в вузе: учебное пособие [Электронный ресурс] / Под редакцией Ф.Ю. Ахметзянова. Казань: Изд-во Казан. гос. техн. ун-та, 2008. – 96 с. – Режим доступа: <http://e-library.kai.ru/reader/ru/flipping/Resource-17/%D0%9C32.pdf/index.html>

2. Акробатика: учебно-методическое пособие [Электронный ресурс] / В.Г. Дьякова, А.Ш. Гиниятуллин, Л.З. Павлова – Казань: Изд-во Казан. гос. техн. ун-та, 2012. – 64 с. – Режим доступа: http://e-library.kai.ru/reader/ru/flipping/Resource-1853/812556_0000.pdf/index.html

3. Титова Е.Б., Шарафутдинова Р.Р., Сарвартдинова Р.Г. Физическое совершенство с помощью йоги: учебно-методическое пособие. [Электронный ресурс] / Е.Б. Титова, Р.Р. Шарафутдинова, Р.Г. Сарвартдинова – Казань: Изд-во Казан. гос. техн. ун-та, 2010. – 38 с. – Режим доступа: <http://e-library.kai.ru/reader/ru/flipping/Resource-845/%D0%9C734.pdf/index.html>

4. Акишин Б.А., Ермолаев В.М., Смелкова Е.В., Ахметзянов Ф.Ю. Методическая подготовка студентов в процессе физического воспитания: Учебно-методическое пособие [Электронный ресурс] / под ред. В.М. Ермолаева. – Казань: Изд-во Казан. гос. техн. ун-та, 2007. – 88 с. – Режим доступа: http://e-library.kai.ru/reader/ru/flipping/Resource-1405/795833_0000.pdf/index.html

Периодические издания:

1. Теория и практика физической культуры. Monthly Scientific Theoretical Journal. – Режим доступа: <http://www.teoriya.ru/ru/taxonomy/term/3>

2. 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>

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

4. 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>

5. Электронная версия журнала «Адаптивная физическая культура». – Режим доступа: <http://www.afkonline.ru>

6. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет - Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы (подлежат ежегодному обновлению)
- Электронная библиотека КНИТУ-КАИ (полнотексты изданий университета) Правообладатель НТБ КНИТУ-КАИ <http://e-library.kai.ru/dsweb/HomePage>
- База данных Scopus. Сублицензионный договор № Scopus /304 от 08.08.2017 ГПНТБ России по обеспечению лицензионного доступа к базе данных «Scopus»
- Информационная система Роспатента <http://www1.fips.ru>. Ресурсы открытого доступа (открытые базы данных).

- Информационная система Консультант плюс <http://www.consultant.ru/>. Контракт от 22 марта 2017 г. №005.

7. Информационные технологии, лицензионное программное обеспечение (подлежит ежегодному обновлению)

- Доступ с гарантированной полосой пропускания к научно-образовательным сетям РФ RUNNET, сети SENET-Tatarstan и международным научно-образовательным сетям.

- Антивирусная программа Kaspersky Endpoint Security сетевая лицензия № 17E0-170130-112427-113-367

- Лицензионная операционная система Microsoft Office 7 Professional.

- Лицензионная операционная система Windows 7 Professional.

3.2.2. Дополнительное справочное обеспечение

1. <http://www.minsport.gov.ru/> - Министерство спорта российской Федерации

2. <http://kaiolimp.ucoz.ru/> - КСК КАИ ОЛИМП

3.3. Кадровое обеспечение.

3.3.1. Базовое образование.

Высшее образование в предметной области физической культуры и спорта и/или наличие ученой степени и/или ученого звания в указанной области и/или наличие дополнительного профессионального образования – профессиональной переподготовки в области физической культуры и спорта и/или наличие заключения экспертной комиссии о соответствии квалификации преподавателя профилю преподаваемой дисциплины.

3.3.2. Профессионально-предметная квалификация преподавателей.

Наличие методических работ по организации или методическому обеспечению образовательной деятельности по направлению физической культуры и спорта, выполненных в течение трех последних лет.

3.3.3. Педагогическая (учебно-методическая) квалификация преподавателей.

К ведению дисциплины допускаются кадры, имеющие стаж научно-педагогической работы (не менее 1 года); практический опыт работы в области физической культуры и спорта на должностях руководителей или ведущих специалистов более 3 последних лет.

Обязательное прохождение повышения квалификации (стажировки) не реже чем один раз в три года соответствующее области физической культуры и спорта, либо в области педагогики.