

Министерство образования и науки Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Казанский национальный исследовательский технический университет
им. А.Н. Туполева-КАИ»
(КНИТУ-КАИ)

Институт Компьютерных технологий и защиты информации

Кафедра Систем информационной безопасности



УТВЕРЖДАЮ

Проректор по ОД

Н.Н. Маливанов

«31» 08 2017 г.

Регистрационный номер 4050-17/166

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины (модуля)

«Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)»

Индекс по учебному плану: **Б1.В.01**

Направление подготовки: **10.03.01 «Информационная безопасность»**

Квалификация: **бакалавр**

Профили: **Организация и технология защиты информации**
Комплексная защита объектов информатизации

Виды профессиональной деятельности: **эксплуатационная, проектно-технологическая, экспериментально-исследовательская, организационно-управленческая**

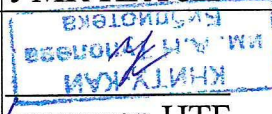
Казань 2017 г.

Рабочая программа составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 10.03.01 «Информационная безопасность», утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «01» декабря 2016 г. № 1515 и в соответствии с учебным планом направления 10.03.01 «Информационная безопасность», утвержденным Ученым советом КНИТУ-КАИ «31» августа 2017 г. протокол № 6.

Рабочая программа дисциплины (модуля) разработана заведующим кафедрой ФКиС д.б.н. Р.А. Юсуповым, доцентом кафедры ФКиС к.с.н. Т.Ю. Покровской и старшим преподавателем кафедры ФКиС Е.Б. Титовой

Утверждена на заседании кафедры ФКиС, протокол №8 от 31.08.2017 г.

Заведующий кафедрой ФКиС, д.б.н., профессор Р.А. Юсупов

Рабочая программа дисциплины (модуля)	Наименование подразделения	Дата	№ протокола	Подпись
СОГЛАСОВАНА	Кафедра СИБ, ответственная за ОП	31.08.2017	5	 заведующий кафедрой СИБ
ОДОБРЕНА	Учебно-методическая комиссия института КТЗИ	31.08.2017	8	 председатель УМК ИКТЗИ
СОГЛАСОВАНА	Научно-техническая библиотека			 директор НТБ
СОГЛАСОВАНА	УМУ			 начальник УМУ

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

Таблица 1а

Объем дисциплины 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
Общая трудоемкость дисциплины	328	54	54	54	54	54	58
<i>Аудиторные занятия</i>							
Лекции							
Лабораторные занятия							
Практические занятия	328	54	54	54	54	54	58
Самостоятельная работа студентов							
Проработка учебного материала							
Курсовой проект							
Курсовая работа							
Подготовка к промежуточной аттестации (экзамен)							
Итоговая аттестация:		зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет

1.5 Планируемые результаты обучения.

Таблица 2

Формируемые компетенции			
Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины	Уровни освоения составляющих компетенций		
	Пороговый	Продвинутый	Превосходный
ОК – 9 Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности			
Умение - использовать самостоятельно средства и методы физического воспитания для укрепления здоровья, физической подготовленности, личностного профессионального развития для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; - самостоятельно подбирать индивидуальные комплексы физических упражнений различной направленности для обеспечения должного уровня физической подготовленности для успешной работы в условиях производства	Иметь представление о средствах и методах физического воспитания в условиях самостоятельной подготовки; Уметь пользоваться литературой и систематизировать источники (бумажный носитель, Интернет – носитель)	Уметь самостоятельно применять средства и методы физического воспитания для укрепления здоровья и должного уровня физической подготовленности в условиях социальной и производственной деятельности	Уметь на основе глубоких теоретико-практических знаний подобрать оптимальные варианты средств и методов физического воспитания для самостоятельной подготовки в производственных условиях для повышения производительности труда, безопасности труда, укрепления здоровья и достижения высокого уровня физической подготовки
Владение - навыками самостоятельного использования методов физического воспитания для укрепления здоровья физической подготовленности в производственных условиях и социальной сфере	Владеет навыками самостоятельного подбора упражнений для укрепления здоровья в условиях производства и социальных условиях	Владеет навыками применения самостоятельного использования методов физического воспитания для укрепления здоровья и подбором средств физического воспитания в условиях производственной деятельности и социальных условиях	владеет навыками и легко ориентируется в применении средств и методов физического воспитания, направленных на укрепление здоровья, высокой физической подготовленности и развитие физических качеств необходимых для достижения высокой производительности труда в условиях повышенного производственного риска и социальной деятельности

[illegible]

Направление Фитнес

[illegible]

Направление Силовые единоборства

[illegible]

Таблица 3г

Направление Спортивные игры

Наименование раздела и темы	Все го час ов	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах/интерактивные часы)						Коды состав- ляющих компетенций	Формы текуще- го/промежуточн ого контроля успеваемости из фонда оценоч- ных средств (ФОС)	Образовательные технологии, в том числе интер- активные
		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-9 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК спортигры
Блок 2. Плавание	36	12		12		12		ОК-9 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК плавание
Блок 3. Лыжная подготовка	36		12		12		12	ОК-9 (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 3д

Распределение фонда времени по видам занятий в специальной медицинской группе

Наименование раздела и темы	Все го час ов	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах/интерактивные часы)						Коды со- ставляю- щих ком- петенций	Формы те- куще- го/промежу точного контроля успеваемо- сти из фон- да оценоч- ных средств (ФОС)	Образова- тельные технологии, в том числе интерактив- ные
		Семестр								
		1	2	3	4	5	6			
Блок 1. Общая физическая подготовка (адаптивные формы и виды)	112	18	18	18	18	18	22	ОК-9 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК 1
Блок 2. Плавание	36		12		12		12	ОК-9 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК 2
Блок 3. Лыжная подготовка	36	12		12		12		ОК-9 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК 3
Блок 4. Профилактич еская	72	12	12	12	12	12	12	ОК-9 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК 4

гимнастика, оздоровитель ная гимнастика										
Блок 5. Спортивные и подвижные игры (настольный теннис, бадминтон, баскетбол, волейбол)	72	12	12	12	12	12	12	ОК-9 (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			

2.2. Содержание дисциплины (модуля)

Тематика практических занятий дисциплины «Физическая культура и спорт (Элективная дисциплина)»

Направление **Общая физическая подготовка**

Техника безопасности на занятиях по общей физической подготовке (ОФП). Занятия направлены на процесс развитие физических качеств (выносливости, силы, быстроты, ловкости, гибкости) или физических способностей, которые имеют многообразные формы проявления в различных видах двигательной деятельности. В основе ОФП может быть любой вид физических упражнений - гимнастика, аэробика, бег, игры, плавание, единоборства и т.д. Главными задачами ОФП являются: повышение функциональных возможностей организма и общей работоспособности, коррекция телосложения, развитие до требуемого уровня основных физических качеств.

Ознакомление с разделами и видами легкой атлетики. Обучение и овладение спортивной техникой, тактикой, воспитание моральных и волевых качеств. Совершенствование двигательных навыков в беге, ходьбе, прыжках, метаниях. Специальная физическая подготовка в различных видах лёгкой атлетики. Способы и методы самоконтроля и средства восстановления организма после физической нагрузки.

Освоение техники лыжных ходов. Повороты. Подъемы и спуски с гор. Прохождение дистанции. Правила соревнований, основы судейства.

Техника спортивных способов плавания – кролем на груди, кролем на спине, брассом на груди, поворотов и стартов со стартовой тумбочки и из воды. Совершенствование физической, технической, тактической подготовки. Прикладное плавание – спасание тонущих и оказание первой медицинской помощи.

Литература: [1], [2]

Направление Фитнес (пилатес, йога, стэп, аэробика, атлетическая гимнастика и др.).

Техника безопасности на занятиях фитнесом. Фитнес включает в себя элементы аэробики, шейпинга, танцев и других современных разновидностей гимнастических упражнений (пилатес, стретчинг, йога и т.д.). Специальная физическая подготовка направлена на развитие общей выносливости, ловкости, быстроты, силы, гибкости, прыгучести, координационных способностей. Методика составления комплексов упражнений производственной гимнастики с учетом будущей профессиональной деятельности обучающихся. Атлетическая гимнастика включает в себя общую физическую подготовку и комплексы упражнений из современных спортивно-оздоровительных систем. Общая физическая подготовка - физические упражнения из базовых видов спорта, ориентированные на развитие основных физических качеств, жизнеобеспечивающих систем организма (дыхание, кровообращение, энергообмен). Совершенствование двигательной и физической подготовленности: кроссовый бег; подтягивание; отжимание; пресс; прыжки разными способами. Спортивные игры, с совершенствованием основных психических процессов - скорость реакции, внимание, память, оперативное мышление.

Освоение техники лыжных ходов. Повороты. Подъемы и спуски с гор. Прохождение дистанции. Правила соревнований, основы судейства.

Техника спортивных способов плавания – кролем на груди, кролем на спине, брассом на груди, поворотов и стартов со стартовой тумбочки и из воды. Совершенствование физической, технической, тактической подготовки. Прикладное плавание – спасание тонущих и оказание первой медицинской помощи.

Литература: [1], [2]

Направление Силовые единоборства (бокс, каратэ, армспорт, гиревой спорт и др.).

Техника безопасности на занятиях по единоборствам. Ознакомление с различными видами борьбы. Обучение владением основами силовых видов спорта, владение широким спектром силовых и технических упражнений для укрепления здоровья. Формирование комплекса знаний, умений и навыков в области единоборств. Укрепление здоровья и содействие правильному разностороннему развитию организма, укрепление опорно-двигательного аппарата, увеличение массы мышц, развитие силы, общей и специальной выносливости.

Освоение техники лыжных ходов. Повороты. Подъемы и спуски с гор. Прохождение дистанции. Правила соревнований, основы судейства.

Техника спортивных способов плавания – кролем на груди, кролем на спине, брассом на груди, поворотов и стартов со стартовой тумбочки и из воды. Совершенствование физической, технической, тактической подготовки. Прикладное плавание – спасание тонущих и оказание первой медицинской помощи.

Литература: [1], [2].

Направление Спортивные игры (Волейбол, баскетбол, футбол, хоккей и др.)

Техника безопасности на занятиях спортивными играми.

Баскетбол. Занятия по баскетболу включают: общую физическую подготовку, специальную физическую подготовку (упражнения для развития, силы, быстроты, общей и скоростной выносливости, прыгучести, гибкости, скоростной реакции, упражнения для развития ориентировки); освоение техники передвижений, остановки и поворотов 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. Осваиваются обманные движения (финты): финт на проход, финт на бросок в корзину, финт на рывок; техника защиты; техника перемещений (основная, защитная стойка и все виды перемещений защитника), техника овладения мячом, вырывание и выбивание мяча, перехват; противодействие ведению, проходам, броскам в корзину; овладение мячом, отскочившим от щита. Правила игры и основы судейства.

Волейбол. Занятия включают: изучение, овладение основными приёмами техники волейбола (перемещение, приём и передача мяча, подачи, нападающие удары, блокирование). Совершенствование навыков игры в волейбол. Общая и специальная подготовка волейболиста. Техника и тактика игры. Правила соревнований, основы судейства.

Футбол. Обучение и совершенствование техники и тактики игры, развитие специальных физических качеств: скорости, ловкости, гибкости, выносливости и т.д.

Хоккей Понятие о спортивной технике. Всестороннее владение приемами - основа спортивно-технического мастерства хоккеистов. Характеристика основных приемов. Понятия о стратегии, тактике, стиле и системе игры.

Освоение техники лыжных ходов. Повороты. Подъемы и спуски с гор. Прохождение дистанции. Правила соревнований, основы судейства.

Техника спортивных способов плавания – кролем на груди, кролем на спине, брассом на груди, поворотов и стартов со стартовой тумбочки и из воды. Совершенствование физической, технической, тактической подготовки. Прикладное плавание – спасание тонущих и оказание первой медицинской помощи.

Литература: [1], [2].

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

Блок 1.

Общая физическая подготовка (адаптивные формы и виды)

Общая физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств). Средства и методы ОФП: строевые упражнения, общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами и др.

Легкая атлетика (*адаптивные виды и формы*). Показания и противопоказания к выполнению легкоатлетических упражнений. Ходьба и ее

разновидности, сочетание ходьбы с упражнениями на дыхание, расслабление, с изменением времени прохождения дистанции. Бег и его разновидности. Бег трусцой. Методические особенности обучения спортивной ходьбе. Скандинавская ходьба.

Литература: [1], [2].

Блок 2.

Плавание

Основы техники безопасности на занятиях по плаванию. Правила поведения на воде. Начальное обучение плаванию. Подвижные игры в воде. Освоение техники доступных способов плавания. Спасение утопающих, первая помощь. Общие и специальные упражнения на суше в обучении плаванию. Аквааэробика. Правила соревнований, основы судейства.

Литература: [1]; [2]; [3].

Блок 3.

Лыжная подготовка

Техника безопасности на занятиях по лыжной подготовке. Освоение техники лыжных ходов. Повороты. Подъемы и спуски с гор. Прохождение дистанции. Правила соревнований, основы судейства.

Литература: [1], [2]

Блок 4

Профилактическая гимнастика, оздоровительная гимнастика

Обучение и совершенствование техники выполнения специальных упражнений для профилактики различных заболеваний:

- нарушений опорно-двигательного аппарата;
- желудочно-кишечного тракта и почек;
- нарушений зрения
- нарушений слуха
- сердечнососудистой системы и ЦНС;
- органов дыхания.

Формирование навыков правильного дыхания во время выполнения упражнений. Обучение дыхательным упражнениям (по методике йоги, бодифлекс, А. Стрельниковой, К. Бутейко и др.), направленные на активизацию дыхательной и сердечно-сосудистой системы. Закаливание и его значение для организма человека (занятия на улице). Гигиенические принципы и рекомендации к закаливанию. Методика закаливания солнцем, воздухом и водой.

Литература: [1]; [2]; [4].

Блок 5

Спортивные и подвижные игры (настольный теннис, бадминтон, баскетбол, волейбол)

Спортивные игры. Обучение элементам техники спортивных игр (адаптивные формы): баскетбол, волейбол, футбол, настольный теннис и другие. Общие и специальные упражнения игрока. Основные приемы

овладения техникой, индивидуальные упражнения и в парах. Адаптивные игры: бочче, голбол и другие.

Подвижные игры и эстафеты с предметами и без них, с простейшими способами передвижения, не требующие проявления максимальных усилий и сложно-координационных действий. Педагогическая характеристика подвижных игр и их адаптивных форм. Доступные виды эстафет: с предметами и без них.

Литература: [1]; [2]; [3], [4].

2.3. Курсовое проектирование/курсовая работа.

Курсовое проектирование/курсовая работа для данной учебной дисциплины учебным планом не предусмотрены.

РАЗДЕЛ 3. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ И КРИТЕРИИ ОЦЕНОК УСВОЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

3.1. Оценочные средства для текущего контроля

Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля (ФОС ТК) является составной частью учебно-методического комплекса дисциплины и хранится на кафедре.

Таблица 4

Фонд оценочных средств текущего контроля

№ п/п	Наименование дисциплины (модуля)	Вид оценочных средств	Примечание
1	2	3	4
1.	Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)	ФОС ТК легкая атлетика	Техника выполнения физических упражнений дисциплины (модуля) «Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)»
		ФОС ТК фитнес	Техника выполнения физических упражнений дисциплины (модуля) «Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)»
2		ФОС ТК плавание	Техника выполнения физических упражнений дисциплины (модуля) «Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)»
3		ФОС ТК лыжи	Техника выполнения физических упражнений дисциплины (модуля) «Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)»
4		ФОС ТК спортивные игры	Техника выполнения физических упражнений дисциплины (модуля) «Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)»
5		ФОС ТК единоборства	Техника выполнения физических упражнений дисциплины (модуля) «Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)»
6		ФОС ТК1	Техника выполнения физических упражнений дисциплины (модуля) «Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)»
7		ФОС ТК2	Техника выполнения физических упражнений дисциплины (модуля) «Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)»
8		ФОС ТК3	Техника выполнения физических упражнений дисциплины (модуля) «Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)»
9		ФОС ТК4	Техника выполнения физических упражнений дисциплины (модуля) «Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)»
10		ФОС ТК5	Техника выполнения физических упражнений дисциплины (модуля) «Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)»

Типовые оценочные средства для текущего контроля:

Примеры упражнений и нормативов по спортивно-технической подготовке обучающихся по направлению спортивные игры (баскетбол).

Таблица 4а

№п /п	Упражнение	Оценка					
		51-70		71-85		86-100	
		юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки
1	1 курс						
	Ведение от щита до щита с попаданием в кольцо 2-х раз (сек)	15	18	18	21	20	24
	Броски из-под щита (кол-во попаданий в минуту)	25	21	23	17	20	13
2	2 курс						
	Передвижение приставным шагом к 3 точкам, подбор мяча, ведение с обводкой стоек, с 2 попаданием в кольцо 2-х раз (сек)	16	20	19	25	22	30
	Челночный бег, 7,5 площадок (сек)	45	50	48	55	50	60
3	3 курс						
	Комплекс бросков Штрафной – 3 очка, после отскока от пола – 2 очка, после подбора – 1. (очки в сумме 3 комплексов)	15	15	13	13	11	11

3.2. Оценочные средства для промежуточного контроля.

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации (ФОС ПА) является составной частью учебно-методического комплекса дисциплины и хранится на кафедре.

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 регулярность посещения учебных занятий, ведение дневника самоконтроля и выполнение установленных на данный семестр тестов общей физической подготовки для групп спортивных направлений.

Типовые оценочные средства для промежуточного контроля:

Примеры нормативных тестов для оценки физической подготовленности обучающихся (женщины)

Таблица 4б

Нормативный тест	Уровень		
	Пороговый 12 баллов (2 балла за каждый тест, 1 балл-*)	Продвинутый 27 баллов (4 баллов за каждый тест, 1 балл-*)	Превосходный 42 балла (7 баллов за каждый тест)
Бег 100 метров (с)	18,0	17,0	16,5
Бег 2000 м (мин, сек)	Без учета времени *	11.15	10.30

Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (на высоте 90 см) количество раз	8	15	20
или сгибание рук в упоре лежа на полу	5	12	14
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	25	40	47
Плавание 50 м (мин, сек)	Без учета времени*	Без учета времени*	1.10
Бег на лыжах 3 км (мин, сек)	Без учета времени*	19.30	18.00

Таблица 4в

Примеры нормативных тестов для оценки физической подготовленности обучающихся (мужчины)

Нормативный тест	Уровень		
	Пороговый 12 баллов (2 балла за каждый тест, 1 балл-*)	Продвинутый 27 баллов (4 балла за каждый тест)	Превосходный 42 балла (7 баллов за каждый тест)
Бег 100 метров (с)	15,5	14,8	13,5
Бег 3000 м (мин, сек)	15.00	13.30	12.30
Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	6	10	13
или рывок гири 16 кг (количество раз)	15	30	40
Плавание 50 м (мин, сек)	Без учета времени*	1.00	0.42
Бег на лыжах 5 км (мин, сек)	27.00	25.30	23.30

3.4. Критерии оценки промежуточной аттестации

Результаты промежуточного контроля заносятся в АСУ «Деканат» в баллах.

Таблица 5

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.

4.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.

4.1.1. 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.

4.1.2. 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.

4.1.3. 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.

4.1.4. Методические рекомендации для студентов, в том числе по самостоятельной работе.

Время на самостоятельную работу учебным планом не предусмотрено.

4.1.5. Методические рекомендации для преподавателей.

Для контроля умений и навыков студентов используются текущая аттестация (тесты) и промежуточная аттестация, проводимая в виде зачета. В ходе аттестаций обучающемуся начисляются заработанные баллы.

Каждому количеству баллов соответствует определенная оценка успеваемости. Преподаватель обязан вести учет качества работы студентов и выражать его в балльной форме в ведомостях успеваемости.

4.2. Информационное обеспечение дисциплины (модуля)

4.2.1. 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., 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. – 96с. – Режим доступа: <http://e-library.kai.ru/reader/hu/flipping/Resource-117/%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. – 64с. – Режим доступа: http://e-library.kai.ru/reader/hu/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. – 38с. – Режим доступа: <http://e-library.kai.ru/reader/hu/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. – 88с. – Режим доступа: http://e-library.kai.ru/reader/hu/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.kamgfk.ru/magazin/journal.htm>

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

4.2.2. Дополнительное справочное обеспечение

1. <http://www.minsport.gov.ru/> - Министерство спорта российской Федерации
2. <http://kaiolimp.ucoz.ru/> - КСК КАИ ОЛИМП

4.3. Кадровое обеспечение.

4.3.1. 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.

4.3.2. 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.

4.3.3. 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.

4.4. Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины.

Материально-техническое обеспечение дисциплины «Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)» включает в себя: (Таблица 6)

Таблица 6

Наименование раздела (темы) дисциплины	Наименование учебной лаборатории, аудитории, класса (с указанием номера аудитории и учебного здания)	Перечень лабораторного оборудования, специализированной мебели и технических средств обучения	Количество единиц
для практических занятий	Стадион: легкоатлетическая беговая дорожка (400мет) футбольное поле	Ворота для большого футбола Ворота для мини-футбола	
	Универсальный спортивный зал: Игровой зал Борцовский зал Тренажерный зал	тренажеры для жима лежа; тренажер для жима ногами; тренажер для укрепления мышц живота; тренажеры для развития основных групп мышц	
	Спортивный зал (2 зд.):	Столы для настольного тенниса Силовые тренажеры Штанги с блинами гантели Шведская стенка	

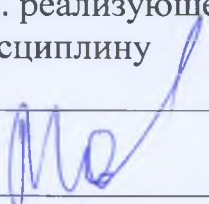
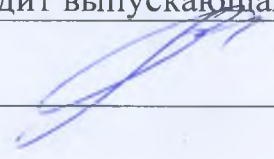
	Спорткомплекс (7 зд): Спортзал 144м.кв Спортзал 605,5м.кв Зал бокса	Теннисные столы Силовые тренажеры Штанги с блинами, гантели Стол для настольного тенниса Ринг, мешки.	
	Тренерский тренажерный зал Бассейн Зал сухого плавания Спортзал	велотренажер; беговая дорожка; гребной тренажер; тренажер «Ровер-степ»; наклонная доска; силовой многофункциональный тренажер; велозергометр; эллиптический тренажер; тренажер для мышц спины; тренажер «Аполло»; машина Смита; силовой тренажер «Вахилл»; скамья-трансформер; скамья для занятий тяжелой атлетикой	
	Крытый плавательный бассейн: Зал каратэ Тренажерный зал		
	Лыжная база беговая дорожка на 180м футбольное поле волейбольная площадка баскетбольная площадка зал для атлетической гимнастики зал для настольного тенниса	лыжный инвентарь теннисные столы многофункциональный тренажер гантели, штанга	
	ЛОЦ Спортзал Зал ЛФК	Стол для армспорта, штанги, гантели, тренажеры	

5. Вносимые изменения и утверждения

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

№ п/п	№ страницы внесения изменений	Дата внесения изменений	Содержание изменений	«Согласовано» Зав. каф. реализующей дисциплину —	«Согласовано» председатель УМК института (факультета), в состав которого входит выпускающая кафедра)
1	2	3	4	5	6

5.2. Лист утверждения рабочей программы дисциплины (модуля) на учебный год

Учебный год	«Согласовано» Зав. каф. реализующей дисциплину	«Согласовано» председатель УМК института (факультета), в состав которого входит выпускающая кафедра
201 <u>6</u> /201 <u>7</u>		
201_/201_		
201_/201_		
201_/201_		
201_/20_		