

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

Институт (факультет) Автоматики и электронного приборостроения  
Кафедра Общей химии и экологии

## **АННОТАЦИЯ**

к рабочей программе

**«Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)»**

Индекс по учебному плану: : **Б1.В.01**

Направление подготовки: **20.03.01 «Техносферная безопасность»**

Квалификация: **бакалавр**

Профиль подготовки: **Инженерная защита окружающей среды;**

**Защита в чрезвычайных ситуациях**

Вид(ы) профессиональной деятельности: **научно-исследовательская;**  
**организационно-управленческая; экспертная,**  
**надзорная и инспекционно-аудиторская**

Разработчики: профессор кафедры «ФКиС» Юсупов Р.А., доценты Покровская Т.Ю., Макейчев А.В., ст.преп. Титова Е.Б.

Казань 2017 г.

## **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 – 1 Владение компетенциями сохранения здоровья (знание и соблюдение норм здорового образа жизни и физической культуры).*

## 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 часо в	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах/интерактивные часы)						Коды составляющих компетенций	Формы щего/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-1 (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-1 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК фитнес
Блок 3. Плавание	36		12		12		12	ОК-1 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК плавание
Блок 4. Лыжная подготовка	36	12		12		12		ОК-1 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК лыжи
Блок 5. Спортивные игры (Волейбол, баскетбол, футбол и др.)	112	18	18	18	18	18	22	ОК-1 (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-1 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК фитнес
Блок 2. Плавание	36	12		12		12		ОК-1 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК плавание
Блок 3. Лыжная подготовка	36		12		12		12	ОК-1 (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-1 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС Т К единоборства
Блок 2. Плавание	36		12		12		12	ОК-1 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК плавание
Блок 3. Лыжная подготовка	36	12		12		12		ОК-1 (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-1 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК спортигры
Блок 2. Плавание	36	12		12			12	ОК-1 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК плавание
Блок 3. Лыжная подготовка	36		12		12		12	ОК-1 (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-1 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК 1
Блок 2. Плавание	36		12		12		12	ОК-1 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК 2
Блок 3. Лыжная подготовка	36	12		12			12	ОК-1 (У,В)	Контрольные упражнения	ФОС ТК 3

Блок 4. Профилактическая гимнастика, оздоровительная гимнастика	72	12	12	12	12	12	12	ОК-1 (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-1 (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., Макейчев 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](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/hu/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/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. 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/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. – 88 с. – 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)

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>

### **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.