Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Юдина Светлана Валентиновна
Должность: Директор АФ КНИТУ-КАИ
Дата подписания: 31.08.2021 15:59:49
Уникальный программный ключ:
ee380433c1f82e02d4d5ce32f117158c7c34ed0ff4b383fd50075f91c9c70790

Министерство образования и науки Российской Федерации

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

Альметьевский филиал

Кафедра Гуманитарных и социальных дисциплин

УТВЕРЖДАЮ
Директор филиала
_____ С.В.Юдина
«31» августа 2017 г.
Регистрационный номер 500-11-056/1

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины (модуля)
«Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)»

Индекс по учебному плану: **Б1.В.01.01**

Направление подготовки: **09.03.03 «Прикладная информатика»**

Квалификация: **бакалавр**

Профиль подготовки: **Прикладная информатика в информационной сфере**

Вид(ы) профессиональной деятельности: **производственно-технологическая, организационно-управленческая**

Альметьевск 2017 г.

Рабочая программа составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 09.03.03 Прикладная информатика, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «12» марта 2015г. № 207 и в соответствии с учебным планом направления 09.03.03 Прикладная информатика, утвержденным Ученым советом КНИТУ-КАИ «31» августа 2017 г. протокол № 6.

Рабочая программа дисциплины (модуля) разработана
доцентом кафедры ГиСД, канд. полит. наук М.Ш.Гарифуллиной,
преподавателем кафедры ГиСД Р.А Исаевым,

утверждена на заседании кафедры ГиСД протокол №1 от 31.08.2017 г.
Заведующий кафедрой ГиСД, доцент, канд. полит. наук, М.Ш. Гарифуллина.

Рабочая программа дисциплины (модуля)	Наименование подразделения	Дата	№ протокола	Подпись
СОГЛАСОВАНА	Кафедра, ответственная за ОП	31.08.17	№1	И.о. зав. кафедрой С.В.Юдина (подпись)
ОДОБРЕНА	Учебно-методическая комиссия АФ КНИТУ-КАИ	31.08.17	П-0424-100.3-01 (2017)	председатель УМК Е.И. Егорова (подпись)
СОГЛАСОВАНА	Научно-техническая библиотека АФ КНИТУ-КАИ	31.08.17	–	заведующая НТБ Г.А.Зимина (подпись)
СОГЛАСОВАНА	Учебно-методический отдел АФ КНИТУ-КАИ	31.08.17	–	заведующая УМО Г.М. Муфахарова (подпись)

РАЗДЕЛ 1 ИСХОДНЫЕ ДАННЫЕ И КОНЕЧНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1 Цель изучения дисциплины (модуля)

Основной целью изучения дисциплины (модуля) является формирование социально-личностных компетенций обучающихся, обеспечивающих целевое использование разнообразных средств физической культуры спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности

1.2 Задачи дисциплины (модуля)

Задачи дисциплины:

- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- содействие разностороннему развитию организма, сохранению и укреплению здоровья обучающихся, повышение ими уровня общей физической подготовленности; развитию профессионально важных физических качеств и психомоторных особенностей;
- включение обучающихся в реальную физкультурно-спортивную практику по творческому освоению ценностей физической культуры, ее активного использования со всесторонним развитием личности;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность обучающегося к будущей профессии;
- формирование навыков самостоятельной организации досуга с использованием средств физической культуры и спорта, овладение основами семейного физического воспитания, бытовой физической культуры;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

1.3 Место дисциплины (модуля) в структуре ОП ВО

Дисциплина «Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)» входит в Блок Б1 «Дисциплины (модули)» и относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, читается с первого по шестой семестр на 1-3 курсах для очной формы обучения и с первого по шестой семестр на 1-3 курсах для заочной формы по профилю «Прикладная информатика в информационной сфере».

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

Таблица 1а

Объем дисциплины (модуля) для очной формы обучения

Виды учебной работы	Общая трудоемкость	Семестр:					
	в час	1	2	3	4	5	6
		в час	в час	в час	в час	в час	в час
Общая трудоемкость дисциплины (модуля)	**328**	**54**	**54**	**54**	**54**	**54**	**58**
Аудиторные занятия	***328***	***54***	***54***	***54***	***54***	***54***	***58***
Лекции							
Лабораторные работы							
Практические занятия	328	54	54	54	54	54	58
Самостоятельная работа обучающегося							
Проработка учебного материала							
Курсовой проект							
Курсовая работа							
Подготовка к промежуточной аттестации							
Промежуточная аттестация:		**зачет**	**зачет**	**зачет**	**зачет**	**зачет**	**зачет**

Таблица 1б

Объем дисциплины (модуля) для заочной формы обучения

Виды учебной работы	Общая трудоемкость	Семестр:					
	в час	1	2	3	4	5	6
		в час	в час	в час	в час	в час	в час
Общая трудоемкость дисциплины (модуля)	**328**	**54**	**54**	**54**	**54**	**54**	**58**
Аудиторные занятия							
Лекции							
Лабораторные работы							
Практические занятия							
Самостоятельная работа обучающегося	***328***	***54***	***54***	***54***	***54***	***54***	***58***
Проработка учебного материала	316	54	50	54	50	54	54
Курсовой проект							
Курсовая работа							
Подготовка к промежуточной аттестации	12		4		4		4
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
УК-7 способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности			
Знать *(УК-7.1З)*	**Знать** основную технику бега, гимнастических упражнений; технику передвижения на лыжах; технику и правила игры в волейбол, стритбол, настольный теннис, волейбол на пороговом уровне, согласно нормативам	**Знать** основную технику бега, гимнастических упражнений; технику передвижения на лыжах; технику и правила игры в волейбол, стритбол, настольный теннис, волейбол на продвинутом уровне, согласно нормативам	**Знать** основную технику бега, гимнастических упражнений; технику передвижения на лыжах; технику и правила игры в волейбол, стритбол, настольный теннис, волейбол на превосходном уровне, согласно нормативам
Уметь *(УК-7.1У)*	**Уметь** выполнять контрольные упражнения и нормативы в беге, гимнастических упражнениях, настольном теннисе, волейболе, стритболе, лыжной подготовке на пороговом уровне	**Уметь** выполнять контрольные упражнения и нормативы в беге, гимнастических упражнениях, настольном теннисе, волейболе, стритболе, лыжной подготовке на продвинутом уровне	**Уметь** выполнять контрольные упражнения и нормативы в беге, гимнастических упражнениях, настольном теннисе, волейболе, стритболе, лыжной подготовке на превосходном уровне
Владеть *(УК-7.1В)*	**Владеть** основными техническими навыками в беге, гимнастических упражнениях на пороговом уровне для сдачи нормативов. Основными технико-тактическими действиями игры в волейбол, стритбол, настольный теннис на пороговом уровне для сдачи нормативов.	**Владеть** основными техническими навыками в беге, гимнастических упражнениях на продвинутом уровне для сдачи нормативов. Основными технико-тактическими действиями игры в волейбол, стритбол, настольный теннис на продвинутом уровне для сдачи нормативов.	**Владеть** основными техническими навыками в беге, гимнастических упражнениях на превосходном уровне для сдачи нормативов. Основными технико-тактическими действиями игры в волейбол, стритбол, настольный теннис на превосходном уровне для сдачи нормативов.

Знать *(УК-7.2З)*	**Знать** основную технику передвижения на лыжах; технику и правила игры в волейбол, стритбол, настольный теннис, волейбол на пороговом уровне, согласно нормативам	**Знать** основную технику передвижения на лыжах; технику и правила игры в волейбол, стритбол, настольный теннис, волейбол на продвинутом уровне, согласно нормативам	**Знать** основную технику передвижения на лыжах; технику и правила игры в волейбол, стритбол, настольный теннис, волейбол на превосходном уровне, согласно нормативам
Уметь *(УК-7.2У)*	**Уметь** выполнять контрольные упражнения и нормативы в настольном теннисе, волейболе, стритболе, лыжной подготовке на пороговом уровне	**Уметь** выполнять контрольные упражнения и нормативы в настольном теннисе, волейболе, стритболе, лыжной подготовке на продвинутом уровне	**Уметь** выполнять контрольные упражнения и нормативы в настольном теннисе, волейболе, стритболе, лыжной подготовке на превосходном уровне
Владеть *(УК-7.2В)*	**Владеть** основными технико-тактическими действиями игры в волейбол, стритбол, настольный теннис на пороговом уровне для сдачи нормативов.	**Владеть** основными технико-тактическими действиями игры в волейбол, стритбол, настольный теннис на продвинутом уровне для сдачи нормативов.	**Владеть** основными технико-тактическими действиями игры в волейбол, стритбол, настольный теннис на превосходном уровне для сдачи нормативов.

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, спортивные игры (волейбол, стритбол, настольный теннис)

Распределение фонда времени по видам занятий (по семестрам)

Таблица 3а

Направление Общая физическая подготовка (очная форма обучения)

Наименование раздела и темы	Всего часов	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу обучающихся 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. Легкая атлетика	74	14	10	14	10	14	12	УК-7.1З УК-7.1У	Контрольные нормативы для

								УК-7.1В	оценки физической подготовленности
Раздел 2. Гимнастика	80	16	10	16	10	16	12	УК-7.1З УК-7.1У УК-7.1В	Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности
Раздел 3. Лыжная подготовка	78	8	18	8	18	8	18	УК-7.1З УК-7.1У УК-7.1В	Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности
Раздел 4. Спортивные игры (волейбол, стритбол, настольный теннис)	96	16	16	16	16	16	16	УК-7.1З УК-7.1У УК-7.1В	Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности
ИТОГО	328	54	54	54	54	54	58		
Зачет		ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА		

Таблица 3б

Направление Спортивные игры (очная форма обучения)

Наименование раздела и темы	Всего часов	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу обучающихся 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. Волейбол	86	16	12	16	12	16	14	УК-7.2З УК-7.2У УК-7.2В	Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности
Раздел 2. Спортивные игры. Стритбол	86	16	12	16	12	16	14	УК-7.2З УК-7.2У УК-7.2В	Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности
Раздел 3. Спортивные игры. Настольный теннис	78	14	12	14	12	14	12	УК-7.2З УК-7.2У УК-7.2В	Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности
Раздел 4. Лыжная подготовка	78	8	18	8	18	8	18	УК-7.2З УК-7.2У УК-7.2В	Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности
ИТОГО	328	54	54	54	54	54	58		

Зачет		ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА		

Таблица 3в

Распределение фонда времени по видам занятий в специальной медицинской группе (очная форма обучения)

Наименование раздела и темы	Всего часов	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу обучающихся 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. Общая физическая подготовка (адаптивные формы и виды)	74	14	10	14	10	14	12	УК-7З УК-7У УК-7В	Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности
Раздел 2. Профилактическая гимнастика, оздоровительная гимнастика	80	16	10	16	10	16	12	УК-7З УК-7У УК-7В	Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности
Раздел 3. Лыжная подготовка	78	8	18	8	18	8	18	УК-7З УК-7У УК-7В	Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности
Раздел 4. Спортивные и подвижные игры (волейбол, стритбол, настольный теннис)	96	16	16	16	16	16	16	УК-7З УК-7У УК-7В	Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности
ИТОГО	328	54	54	54	54	54	58		
Зачет		ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА		

При проведении занятий по дисциплине «Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)» для обучающихся заочной формы обучения имеются особенности, связанные с самостоятельной подготовкой обучающихся.

Интенсивная самостоятельная подготовка и освоение учебного материала по дисциплине «Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)» реализуется в виде самостоятельных занятий на спортивных площадках спортивных объектов в том числе филиала. Для допуска к промежуточной аттестации обучающийся предоставляем:

- заверенные печатью спортивного учреждения документы, подтверждающие самостоятельные занятия (с указанием количества часов);
- оформленные в виде контрольных работ / рефератов в каждом учебном семестре результаты самостоятельной работы.

Таблица 4

Матрица компетенций по разделам РП

Наименование раздела (тема)	Формируемые компетенции (составляющие компетенций)		
	УК-7		
	УК-7З	УК-7У	УК-7В
Направление Общая физическая подготовка			
Раздел 1. Легкая атлетика	*	*	*
Раздел 2. Гимнастика	*	*	*
Раздел 3. Лыжная подготовка	*	*	*
Раздел 4. Спортивные игры (волейбол, стритбол, настольный теннис)	*	*	*
Направление Спортивные игры			
Раздел 1. Спортивные игры. Волейбол	*	*	*
Раздел 2. Спортивные игры. Стритбол	*	*	*
Раздел 3. Спортивные игры. Настольный теннис	*	*	*
Раздел 4. Лыжная подготовка	*	*	*

2.2 Содержание дисциплины (модуля)

Направление Общая физическая подготовка

Раздел 1. Легкая атлетика.

Легкая атлетика: обучение основам техники бега на короткие дистанции.

Обучение основам техники бега на короткие дистанции 100 м. юноши и девушки. Техника низкого старта, стартового ускорения, бега по дистанции, финиширование. Обучение специальным упражнениям бегуна.

Легкая атлетика: совершенствование техники бега на короткие дистанции

Совершенствование техники бега на короткие дистанции 100 м юноши и девушки. Прием нормативов у юношей и девушек.

Литература: [1], [2]

Раздел 2. Гимнастика

Гимнастика: обучение кувырку вперед, обучение кувырку назад, круговые тренировки.

Обучение технике кувырка вперед. Совершенствование техники кувырка вперед. Обучение технике кувырка назад. Совершенствование техники кувырка назад. Круговые тренировки.

Литература: [1], [2]

Раздел 3. Лыжная подготовка

Лыжная подготовка: способы передвижения на лыжах (ознакомление). Обучение техники классических лыжных ходов, переходов, торможений, поворотов. Совершенствование техники одновременного одношажного хода. Совершенствование техники одновременного бесшажного хода, одношажного хода. Совершенствование техники попеременного двушажного хода,

одновременно одношажного и двушажного хода. Закрепления навыков техники торможений и поворотов на лыжах.

Литература: [1], [2]

Раздел 4. Спортивные игры (волейбол, стритбол, настольный теннис)

Волейбол: Обучение правилам игры. Обучение техники элементов игры в волейбол. Техника нападения и защиты: стойки, перемещение, прием мяча. Обучение и совершенствование техники передачи мяча, игровой стойки, перемещений, отработка в парах. Обучение и совершенствование подач, отработка в парах. Обучение и совершенствование техники игры в защите и нападении, отработка в команде. Тактика двухсторонней игры. Закрепление навыков техники перемещений, владения мечем игры в нападении и защите.

Стритбол: Обучение тактике игры. Обучение и совершенствование техники перемещений и владения мячом, проработка на игровой площадке. Обучение и совершенствование техники передачи мяча и броска по кольцу, отработка в парах. Обучение и совершенствование технике игры в защите, отработка в команде.

Настольный теннис: Ознакомление с правилами спортивной игры настольный теннис. Обучение и совершенствование техники подачи и приёма мяча. Обучение и совершенствование техники нападающего удара, отработка в парах. Совершенствование технических приёмов в двухсторонней игре, отработка в парах.

Литература: [1], [2]

Направление Спортивные игры

Раздел 1. Спортивные игры. Волейбол

Волейбол: Обучение правилам игры. Обучение техники элементов игры в волейбол. Техника нападения и защиты: стойки, перемещение, прием мяча. Обучение и совершенствование техники передачи мяча, игровой стойки, перемещений, отработка в парах. Обучение и совершенствование подач, отработка в парах. Обучение и совершенствование техники игры в защите и нападении, отработка в команде. Тактика двухсторонней игры. Закрепление навыков техники перемещений, владения мечем игры в нападении и защите.

Литература: [1], [2]

Раздел 2. Спортивные игры. Стритбол

Стритбол: Обучение тактике игры. Обучение и совершенствование техники перемещений и владения мячом, проработка на игровой площадке. Обучение и совершенствование техники передачи мяча и броска по кольцу, отработка в парах. Обучение и совершенствование технике игры в защите, отработка в команде.

Литература: [1], [2]

Раздел 3. Спортивные игры. Настольный теннис

Настольный теннис: Ознакомление с правилами спортивной игры настольный теннис. Обучение и совершенствование техники подачи и приёма мяча. Обучение и совершенствование техники нападающего удара, отработка в

парах. Совершенствование технических приёмов в двухсторонней игре, отработка в парах.

Литература: [1], [2]

Раздел 4. Лыжная подготовка

Лыжная подготовка: способы передвижения на лыжах (ознакомление). Обучение техники классических лыжных ходов, переходов, торможений, поворотов. Совершенствование техники одновременного одношажного хода. Совершенствование техники одновременного бесшажного хода, одношажного хода. Совершенствование техники попеременного двушажного хода, одновременно одношажного и двушажного хода. Закрепления навыков техники торможений и поворотов на лыжах.

Литература: [1], [2]

2.3 Курсовой проект /курсовая работа

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

РАЗДЕЛ 3 ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) 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.

Фонд оценочных средств текущего контроля

№ п/п	Наименование раздела (модуля)	Вид оценочных средств	Примечание
1	2	3	4
Направление Общая физическая подготовка			
1.	Раздел 1. Легкая атлетика	ФОС ТК-1	Экспресс-опрос Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности
2.	Раздел 2. Гимнастика	ФОС ТК-2	Экспресс-опрос Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности
3.	Раздел 3. Лыжная подготовка	ФОС ТК-3	Экспресс-опрос Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности
4.	Раздел 4. Спортивные игры (волейбол, стритбол, настольный теннис)	ФОС ТК-4	Экспресс-опрос Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности
Направление Спортивные игры			
5.	Раздел 1. Спортивные игры. Волейбол	ФОС ТК-7	Экспресс-опрос Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности
6.	Раздел 2. Спортивные игры. Стритбол	ФОС ТК-8	Экспресс-опрос Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности

7.	Раздел 3. Спортивные игры. Настольный теннис	ФОС ТК-9	Экспресс-опрос Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности
8.	Раздел 4. Лыжная подготовка	ФОС ТК-10	Экспресс-опрос Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности

Типовые оценочные средства для текущего контроля

Перечень вопросов для экспресс-опроса

1. Лёгкая атлетика (беговые виды). Правила соревнований
2. Правила выполнения гимнастических упражнений
3. Правила соревнований по волейболу
4. Правила соревнований по стритболу
5. Правила соревнований по настольному теннису
6. Лыжный спорт (классификация лыжных ходов)

Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности

Легкая атлетика.
Юноши

Тесты	Пороговый	Продвинутый	Превосходный
Бег 100 м, с	15,1	14,8	13,5
Бег 400 м, с	1,30	1,24	1,20

Легкая атлетика.
Девушки

Тесты	Пороговый	Продвинутый	Превосходный
Бег 100 м, с	17,5	17,0	16,5
Бег 500 м, мин, с	2,15	2,05	1,55

Гимнастика. Круговые тренировки
Юноши

Тесты	Пороговый	Продвинутый	Превосходный
Подтягивание из виса на высокой перекладине, кол-во раз	9	10	13
Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи - см)	6	7	13
Прыжки через скакалку за 1 мин, кол-во раз	100	110	120
Поднимание и опускание туловища из положения лежа, ноги закреплены, руки за головой, кол-во раз	35	40	45

Сгибание-разгибание рук в упоре лежа, кол-во раз	24-29	30-36	37-42

Гимнастика. Круговые тренировки
Девушки

Тесты	Пороговый	Продвинутый	Превосходный
Подтягивание из виса на низкой перекладине, кол-во раз	10	15	20
Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи - см)	8	11	16
Прыжки через скакалку за 1 мин, кол-во раз	110	120	130
Отжимание от скамейки, кол-во раз	10	12	15
Поднимание и опускание туловища из положения лежа, ноги закреплены, руки за головой, кол-во раз	30	35	40

Спортивные игры. Волейбол

Упражнения	Критерии оценки	Уровни		
		Пороговый	Продвинутый	Превосходный
Серийные передачи мяча снизу над собой 10 раз	**1** высота передачи не ниже 1,5 м; **2** синхронная работа ног, туловища, рук, согласованность действий; **3** отскок мяча под прямым углом; **4** количество передач	10-8 передач, 2-3 ошибки, не выполнены критерии 1, 2, 4	10 передач с 1-2 ошибками, не выполнены критерии 1, 4	10 передач без ошибок с первой попытки
Передачи мяча в парах через сетку	**1** количество передач; **2** правильное выполнение стойки и перемещений к мячу, выхода к мячу; **3** точность передач	30 передач, не выполнены критерии 1, 2, 3	40 передач, 2 ошибки, не выполнены критерии 1, 2.	50 передач с соблюдением всех критериев

Передачи мяча сверху над собой (10 раз). Комбинированные передачи - одна сверху над собой, одна снизу (10 раз)	**1** высота передачи не ниже 1 м; **2** синхронная работа ног, туловища, рук, согласованность действий; **3** отскок мяча под прямым углом; **4** количество передач	10 передач, 2-3 ошибки, не выполнены критерии 1, 2, 4	10 передач с 1-2 ошибками, не выполнены критерии 1, 4	10 передач без ошибок с первой попытки
Прием мяча снизу с подачи	**1** точный прием, позволяющий направить мяч в зону 3, 2; **2** мяч принят и остался в игре на своей площадке или перелетел на противоположную; **3** правильное выполнение исходного положения, выхода к мячу; **4** количество приемов	из 5 подач 4 приема, не выполнены критерии 2, 4	из 5 подач 5 приемов, не выполнен критерий 2	из 5 подач 5 приемов без ошибок
Верхняя подача в зону	1 попадание мяча точно в зону	из 5 попыток 3 подачи без ошибок	из 5 попыток 4 подачи без ошибок	из 5 попыток 5 подач без ошибок

Спортивные игры. Стритбол

Упражнения	Критерии оценки	Уровни		
		Пороговый	Продвинутый	Превосходный
Передачи мяча в стену за 30 сек. на расстоянии 3 м	**1** синхронная работа ног, туловища, рук, согласованность действий; **2** отскок мяча; **3** количество передач	16 передач– юноши, 14 передач – девушки с 2-3 ошибками, не выполнены критерии 1, 3	16 передач – юноши, 14 передач – девушки с 1-2 ошибками, не выполнены критерии 1, 3	18 передач – юноши, 16 передач – девушки без ошибок с первой попытки
Бросок в движении из 10 попыток	**1** правильное ведение мяча, **2** выполнение двух шагов, **3** отталкивание толчковой ногой, **4** хорошая скорость выполнения упражнения	из 10 попыток 6 попаданий - юноши, 6 – девушки с 2-3 ошибками, не выполнены критерии 1, 4, 3	из 10 попыток 7 попаданий - юноши, 7 – девушки с 1-2 ошибками, не выполнены критерии 2, 3	из 10 попыток 8 попаданий - юноши, 8 – девушки без ошибок
Штрафной бросок 10 попыток	попадание в корзину	из 10 попыток 4 попадания без ошибок	из 10 попыток 5 попаданий без ошибок	из 10 попыток 6 попаданий без ошибок

3.2 Оценочные средства для промежуточной аттестации.

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

Первый этап: вопросы к экспресс-опросу

1. Назовите и покажите тренировочные дыхательные упражнения перед бегом на короткие дистанции
2. Какие спортивные игры вы знаете?
3. Назовите основные виды техники ведения мяча в стритболе
4. Как необходимо подготовить лыжи для занятия по лыжной подготовке?
5. На какой высоте должна висеть сетка для игры в волейбол?
6. Какие виды круговых тренировок вы знаете?

Второй этап: сдача контрольных нормативов

Контрольные нормативы приведены в Фонде оценочных средств промежуточной аттестации по дисциплине «Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)»

3.3 Форма и организация промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

По итогам освоения дисциплины (модуля) зачет проводится в два этапа: экспресс-опрос и сдача контрольных нормативов для оценки физической подготовленности.

Первый этап проводится в виде экспресс-опроса.

Для оценки превосходного и продвинутого уровня усвоения компетенций проводится второй этап в виде сдачи контрольных нормативов для оценки физической подготовленности.

3.4 Критерии оценки промежуточной аттестации

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

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 ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

4.1 Учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)

4.1.1 Основная литература

1. Муллер, А. Б. Физическая культура студента [Электронный ресурс]: учеб. пособие / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко, А. Ю. Близневский. - Красноярск: Сибирский федеральный университет, 2011. - 172 с. - ISBN 978-5-7638-2126-0. Режим доступа: http://znanium.com/bookread2.php?book=443255

4.1.2 Дополнительная литература

2. Физическая культура [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е.С. Григорович [и др.]; под ред. Е.С. Григоровича, В.А. Переверзева. – 4-е изд., испр. – Минск: Вышэйшая школа, 2014. – 350 с.: ил. - ISBN 978-985-06-2431-4. Режим доступа: http://znanium.com/bookread2.php?book=509590

4.1.3 Методическая литература для организации практических занятий

Исаев Р.А. Методические указания по проведению практических занятий по дисциплине «Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)» - Альметьевск, 2016г.

4.1.4 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Самостоятельная работа обучающихся очной формы обучения учебным планом не предусмотрена

4.1.5 Методические рекомендации для обучающихся, в том числе по выполнению самостоятельной работы

Дисциплина предусматривает практические занятие каждую неделю. Изучение курса завершается зачетом.

Успешное изучение курса требует активной работы на практических занятиях, выполнения всех учебных заданий преподавателя, ознакомления с основной и дополнительной литературой.

Практические занятия составляют важную часть профессиональной подготовки обучающихся. Основная цель проведения практических занятий – формирование у обучающихся здорового образа жизни путем приобретения практических навыков.

Важнейшей составляющей любой формы практических занятий являются упражнения. Как правило, основное внимание уделяется формированию конкретных умений, навыков, что и определяет содержание деятельности обучающихся.

4.1.6 Методические рекомендации для преподавателей

Выбора направления, по которому обучающийся желает заниматься в течении учебного года осуществляется добровольно в соответствии с его индивидуальными физическими потребностями. Для осуществления осознанного выбора направления, обучающиеся имеют возможность

ознакомиться с рабочей программой дисциплины, размещенной в электронной информационно-образовательной среде КНИТУ-КАИ, курс: Исаев Р.А. Физическая культура и спорт (элективная дисциплина) [Электронный курс] Доступ по логину и паролю. URL:

https://bb.kai.ru:8443/webapps/blackboard/execute/content/blankPage?cmd=view&content_id=_258993_1&course_id=_13671_1

Выбор направления осуществляется на первом практическом занятии, путем написания заявления. Заявления обучающихся хранятся у преподавателя в течении всего учебного года.

4.2 Информационное обеспечение дисциплины (модуля)

4.2.1 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. https://gto.ru/ Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»
2. Ваш спорт https://vashsport.com/
3. Исаев Р.А. Физическая культура и спорт (элективная дисциплина) [Электронный курс] Доступ по логину и паролю. URL: https://bb.kai.ru:8443/webapps/blackboard/execute/content/blankPage?cmd=view&content_id=_258993_1&course_id=_13671_1

4.2.2 Перечень информационных технологий, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Не используется

4.3 Кадровое обеспечение

4.3.1 Базовое образование

Высшее образование в предметной области физическая культура 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 /или наличие заключения экспертной комиссии о соответствии квалификации преподавателя профилю преподаваемой дисциплины.

4.3.2 Профессионально-предметная квалификация преподавателей

Наличие научных и/или методических работ по организации или методическому обеспечению образовательной деятельности по направлению физическая культура, 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 предметной области на должностях руководителей или ведущих специалистов более 3 последних лет.

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

4.4 Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Таблица 7

Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

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
Раздел 1. Легкая атлетика Раздел 2. Гимнастика	Тренажерный зал	Беговая дорожка Torneo Correra (2 шт.); Велотренажер магнитный Torneo Amuie*t (2 шт.); Вертикальный тренажер для поднятия ног GKR-82; Гантельный ряд от 1 кг до 10 кг; Шингарды (3 шт.); Диск черный олимпийский обрезиненный 25кг.MB-50 (2 шт.); Скамья для пресса JET 7428-600 (2 шт.); Стойка для гантелей 3-х уровневая GDR – 363; Стойка для дисков А-028; Стойки под штангу ПРО; Гантели разборные 32 кг (4 шт.); Универсальная скамья GFID-71; Машина Смита на линейных втулках GSM; Силовой тренажер WEEVSY3996 Weider 7500; Гиря 16 кг (2 шт.) Гиря 32 кг (2 шт.); Груша пневматическая натуральная кожа; Перчатки атлетические А-305 (2 шт.); Шлем боксёрский (2 шт.); Баскетбольный мяч, резиновый, оранжевый, (2 шт.); Мяч для атлетических упражнений резиновый 1 кг; Мяч для атлетических упражнений резиновый 2 кг; Мяч для атлетических упражнений резиновый 3 кг; Мячи для н/т белые (10 шт.); Мяч В/Б (2 шт.); Мяч волейбольный (2 шт.); Мяч футбольный кожа (2 шт.); Мяч волейбольный Арт.№ MP254 (4 шт.); Мяч ф/б (2 шт.); Мяч футбольный Арт№812906/126 (3 шт.); Мяч баскетбольный Арт.№74-167 (3 шт.); Обруч Арт.№Acu Hoop Pro (6 шт.); Обруч металлический утяжеленный (5 шт.); Набор для бадминтона Тур; Тренажер Thigh Master (3 шт.); Тренажер для кисти руки (4 шт.); Футбольный мяч EVA (2 шт.); Лыжи п/п Тиса (5 пар); Палки лыжные (5 пар); Лыжный комплект NORDWAY (беговые) (10 шт.); Лыжный комплект STC Арт№4782 STC (10 шт.); Лыжный комплект SCT (25 шт.);

		Мат YogaMattwiihbag Арт.№145275-545 (3 шт.); Мат Арт.№060074-401 (2 шт.); Мат Арт.№FE0065-420 (3 шт.); Мат гимнастический 1х2х0,1м Арт.№ гп50-1 (2 шт.); Секундомер JUNSD (2 шт.); Скакалки (5 шт.); Скакалки Skip Rope (6 шт.); Эспандер (2 шт.); Эспандер А-923 (2 шт.); Эспандер для груди А 918 (2 шт.)
Раздел 3. Лыжная подготовка Раздел 4. Спортивные игры (волейбол, стритбол, настольный теннис)	Универсальная спортивная площадка	Стойки волейбольные + сетка, баскетбольная стойка.
Текущий контроль и промежуточная аттестация	Тренажерный зал	Беговая дорожка Torneo Correra (2 шт.); Велотренажер магнитный Torneo Amuie*t (2 шт.); Вертикальный тренажер для поднятия ног GKR-82; Гантельный ряд от 1 кг до 10 кг; Шингарды (3 шт.); Диск черный олимпийский обрезиненный 25кг.MB-50 (2 шт.); Скамья для пресса JET 7428-600 (2 шт.); Стойка для гантелей 3-х уровневая GDR – 363; Стойка для дисков А-028; Стойки под штангу ПРО; Гантели разборные 32 кг (4 шт.); Универсальная скамья GFID-71; Машина Смита на линейных втулках GSM; Силовой тренажер WEEVSY3996 Weider 7500; Гиря 16 кг (2 шт.) Гиря 32 кг (2 шт.); Груша пневматическая натуральная кожа; Перчатки атлетические А-305 (2 шт.); Шлем боксёрский (2 шт.); Баскетбольный мяч, резиновый, оранжевый, (2 шт.); Мяч для атлетических упражнений резиновый 1 кг; Мяч для атлетических упражнений резиновый 2 кг; Мяч для атлетических упражнений резиновый 3 кг; Мячи для н/т белые (10 шт.); Мяч В/Б (2 шт.); Мяч волейбольный (2 шт.); Мяч футбольный кожа (2 шт.); Мяч волейбольный Арт.№ MP254 (4 шт.); Мяч ф/б (2 шт.); Мяч футбольный Арт№812906/126 (3 шт.); Мяч баскетбольный Арт.№74-167 (3 шт.); Обруч Арт.№Acu Hoop Pro (6 шт.); Обруч металлический утяжеленный (5 шт.); Набор для бадминтона Тур; Тренажер Thigh Master (3 шт.); Тренажер для кисти руки (4 шт.); Футбольный мяч EVA (2 шт.); Лыжи п/п Тиса (5 пар); Палки лыжные (5 пар); Лыжный комплект NORDWAY (беговые) (10 шт.); Лыжный комплект STC Арт№4782 STC (10 шт.); Лыжный комплект SCT (25 шт.);

		Мат YogaMattwiihbag Арт.№145275-545 (3 шт.); Мат Арт.№060074-401 (2 шт.); Мат Арт.№FE0065-420 (3 шт.); Мат гимнастический 1х2х0,1м Арт.№ гп50-1 (2 шт.); Секундомер JUNSD (2 шт.); Скакалки (5 шт.); Скакалки Skip Rope (6 шт.); Эспандер (2 шт.); Эспандер А-923 (2 шт.); Эспандер для груди А 918 (2 шт.)

5 Вносимые изменения и утверждения

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

Лист регистрации изменений

№ п/п	№ раздела внесения изменений	Дата внесения изменений	Содержание изменений	«Согласовано» Зав. каф., реализующей дисциплину	«Согласовано» председатель УМК филиала
1	2	3	4	5	6
1	1	01.02.2019	Изменение наименования учредителя университета. В соответствии с утверждением устава федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Казанский национальный исследовательский университет им. А.Н. Туполева-КАИ» в новой редакции (Приказ № 1042 от 26.11.2018) наименование «Министерство образования и науки Российской Федерации» читать как «Министерство науки и высшего образования Российской Федерации»		
2.	2	01.07.2019	1 абзац читать в след. редакции: «Рабочая программа составлена на основе требований федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 09.03.03 Прикладная и информатика, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «12» марта 2015г. №207 и в соответствии с учебным планом направления 09.03.03 Прикладная и информатика, утвержденным Ученым советом КНИТУ-КАИ «01» июля 2019 г. протокол №6»		
3.		01.07.2019	Таблицы 1а, 1б читать в редакции Приложения 1		
4.		01.07.2019	Таблицы 3а, 3б читать в редакции Приложения 2		
5.	1-2	02.09.2019	На основании приказа ректора от 05.07.2019г. №1158-О кафедрой, реализующей дисциплину, считать кафедру Экономики машиностроения		

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

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

Учебный год	**«Согласовано»** зав. каф., реализующей дисциплину	**«Согласовано»** председатель УМК филиала
2017/2018		
2018/2019		
2019/2020		
2020/2021		
2021/2022		
2022/2023		

Приложение 1

1.4 Объем дисциплины (модуля) (с указанием всех видов учебной работы)

Таблица 1а

Объем дисциплины(модуля) для очной формы обучения

Семестр	Общая трудоемкость дисциплины (модуля), в ЗЕ/час	Виды учебной работы											
		Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий (аудиторная работа), в т.ч.:							***Самостоятельная работа обучающегося (внеаудиторная работа), в т.ч.:***				
		Лекции	Лабораторные работы	Практические занятия	Курсовая работа (консультация, защита)	Курсовой проект (консультации, защита)	Консультации перед экзаменом	Контактная работа на промежуточной аттестации	Курсовая работа (подготовка)	Курсовой проект (подготовка)	Проработка учебного материала (самоподготовка)	Подготовка к промежуточной аттестации	Форма промежуточной аттестации
1	54	-	-	32	-	-	-	0,1	-	-	21,9	-	Зачет
2	54	-	-	32	-	-	-	0,1	-	-	21,9	-	Зачет
3	54	-	-	32	-	-	-	0,1	-	-	21,9	-	Зачет
4	54	-	-	32	-	-	-	0,1	-	-	21,9	-	Зачет
5	54	-	-	32	-	-	-	0,1	-	-	21,9	-	Зачет
6	58	-	-	32	-	-	-	0,1	-	-	25,9	-	Зачет
Итого	**328**	**-**	**-**	**192**	**-**	**-**	**-**	**0,6**	**-**	**-**	**135,4**	**-**	

Таблица 1б

Объем дисциплины (модуля) для заочной формы обучения

Семестр	Общая трудоемкость дисциплины (модуля), в ЗЕ/час	Виды учебной работы											
		Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий (аудиторная работа), в т.ч.:							***Самостоятельная работа обучающегося (внеаудиторная работа), в т.ч.:***				
		Лекции	Лабораторные работы	Практические занятия	Курсовая работа (консультация, защита)	Курсовой проект (консультации, защита)	Консультации перед экзаменом	Контактная работа на промежуточной аттестации	Курсовая работа (подготовка)	Курсовой проект (подготовка)	Проработка учебного материала (самоподготовка)	Подготовка к промежуточной аттестации	Форма промежуточной аттестации
2	108	-	-	2	-	-	-	0,1	-	-	102	3,9	Зачет
4	108	-	-	2	-	-	-	0,1	-	-	102	3,9	Зачет
6	112	-	-	2	-	-	-	0,1	-	-	106	3,9	Зачет
Итого	**328**	**-**	**-**	**6**	**-**	**-**	**-**	**0,3**	**-**	**-**	**310**	**11,7**	

Приложение 2

2.1 Структура дисциплины (модуля), ее трудоемкость

Таблица 3а

Распределение фонда времени по видам занятий (очная форма обучения)

Наименование раздела и темы	Всего часов	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу обучающихся 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. Легкая атлетика	48	8	8	8	8	8	8	УК-7.1З УК-7.1У УК-7.1В	Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности
Раздел 2. Гимнастика	48	8	8	8	8	8	8	УК-7.1З УК-7.1У УК-7.1В	Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности
Раздел 3. Лыжная подготовка	48	8	8	8	8	8	8	УК-7.1З УК-7.1У УК-7.1В	Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности
Раздел 4. Спортивные игры (волейбол, стритбол, настольный теннис)	48	8	8	8	8	8	8	УК-7.1З УК-7.1У УК-7.1В	Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности
Контактная работа на ПА	0,6	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1		
Проработка учебного материала (самоподготовка)	135,4	21,9	21,9	21,9	21,9	21,9	25,9		
ИТОГО	328	54	54	54	54	54	58		
Зачет		ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА		

Таблица 3б

Направление Спортивные игры (очная форма обучения)

Наименование раздела и темы	Всего часов	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу обучающихся 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. Волейбол	48	8	8	8	8	8	8	ОК-8.З ОК-8.2У ОК-8.2В	Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности
Раздел 2. Спортивные игры. Стритбол	48	8	8	8	8	8	8	ОК-8.З ОК-8.2У ОК-8.2В	Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности
Раздел 3. Спортивные игры. Настольный теннис	48	8	8	8	8	8	8	ОК-8.З ОК-8.2У ОК-8.2В	Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности
Раздел 4. Лыжная подготовка	48	8	8	8	8	8	8	ОК-8.З ОК-8.2У ОК-8.2В	Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности
Контактная работа на ПА	0,6	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1		
Проработка учебного материала (самоподготовка)	135,4	21,9	21,9	21,9	21,9	21,9	25,9		
ИТОГО	328	54	54	54	54	54	58		
Зачет		ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА		

Таблица 3в

Распределение фонда времени по видам занятий в специальной медицинской группе (очная форма обучения)

Наименование раздела и темы	Всего часов	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу обучающихся 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. Общая физическая подготовка (адаптивные формы и виды)	48	8	8	8	8	8	8	ОК-8З ОК-8У ОК-8В	Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности
Раздел 2. Профилактическая гимнастика, оздоровительная гимнастика	48	8	8	8	8	8	8	ОК-8З ОК-8У ОК-8В	Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности
Раздел 3. Лыжная подготовка	48	8	8	8	8	8	8	ОК-8З ОК-8У ОК-8В	Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности
Раздел 4. Спортивные и подвижные игры (волейбол, стритбол, настольный теннис)	48	8	8	8	8	8	8	ОК-8З ОК-8У ОК-8В	Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности
Контактная работа на ПА	0,6	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1		
Проработка учебного материала (самоподготовка)	135,4	21,9	21,9	21,9	21,9	21,9	25,9		
ИТОГО	328	54	54	54	54	54	58		
Зачет		ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА	ФОС ПА		