

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гильмутдинов Альберт Харисович
Должность: Ректор
Дата подписания: 24.09.2021 00:53:11
Уникальный программный ключ:
ca512c729ca5b2e1670556d6eb25fe961924a23fa62c00db7d8c70ca27510b3a

Министерство образования и науки Российской Федерации

Набережночелнинский филиал федерального государственного бюджетного
образовательного учреждения высшего образования
«Казанский национальный исследовательский технический университет
им. А.Н. Туполева-КАИ»

Кафедра гуманитарных и социальных дисциплин



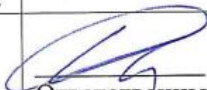

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
дисциплины
Физическая культура и спорт

Индекс по учебному плану: **Б1.Б.04**
Направление подготовки: **15.03.05 Конструкторско-технологическое обеспечение машиностроительных производств**
Квалификация: **бакалавр**
Профиль подготовки: **Технологии, оборудование и автоматизация машиностроительных производств**
Вид(ы) профессиональной деятельности: **производственно-технологическая**

Набережные Челны
2017 г.

Рабочая программа составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 15.03.05 Конструкторско-технологическое обеспечение машиностроительных производств, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 11 августа 2016 г. № 1000 и в соответствии с учебным планом направления 15.03.05 Конструкторско-технологическое обеспечение машиностроительных производств, утвержденным Ученым советом КНИТУ-КАИ 31 августа 2017 г. № 6.

Рабочая программа дисциплины разработана кандидатом педагогических наук, доцентом кафедры гуманитарных и социальных дисциплин Тумаровым К.Б., утверждена на заседании кафедры ГСД (протокол № 1 от 31 августа 2017 г.).

Рабочая программа дисциплины	Наименование подразделения	Дата	№ протокола	Подпись
СОГЛАСОВАНА	Кафедра КТМП	31/08/17	1	 Ответственный за ОП И.А. Савин
ОДОБРЕНА	Учебно-методическая комиссия НЧФ КНИТУ-КАИ	31.08.17	7	 Председатель УМК С.З. Самаренкина
СОГЛАСОВАНА	Библиотека	31.08.17	7	 Зав. библиотекой Ю.Ю. Максютинина

РАЗДЕЛ 1. ИСХОДНЫЕ ДАННЫЕ И КОНЕЧНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1 Цель изучения дисциплины

Формирование способности использовать методы и средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, поддержания должного уровня физической подготовленности в целях обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

1.2 Задачи дисциплины

- формирование целостного представления о физической культуре общества и личности, ее роли в личностном, социальном и профессиональном развитии;
- формирование основ знаний по физической культуре, обеспечивающих грамотное самостоятельное использование их средств, форм и методов в жизнедеятельности;
- формирование осознанной потребности к физическому самовоспитанию, самосовершенствованию, здоровому образу жизни.

1.3 Место дисциплины в структуре ОП ВО

Дисциплина «Физическая культура и спорт» входит в базовую часть Блока 1 учебно-го плана направления: 15.03.05 Конструкторско-технологическое обеспечение машиностроительных производств.

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

Таблица 1а

Объем дисциплины для очной (очно-заочной) формы обучения

Виды учебной работы	Общая трудоемкость		Семестр:	
	в ЗЕ	в час	2	
			в ЗЕ	в час
Общая трудоемкость дисциплины	2	72	2	72
Аудиторные занятия	0,5	18	0,5	18
Лекции	0,5	18	0,5	18
Лабораторные работы	-	-	-	-
Практические занятия	-	-	-	-
Самостоятельная работа студента	1,5	54	1,5	54
Проработка учебного материала	1,5	54	1,5	54
Курсовой проект	-	-	-	-
Курсовая работа	-	-	-	-
Подготовка к промежуточной аттестации	-	-	-	-
Промежуточная аттестация:	зачет			

Таблица 1б

Объем дисциплины для заочной формы обучения

Виды учебной работы	Общая трудоемкость		Семестр	
	в ЗЕ	в час	2	
			в ЗЕ	в час
Общая трудоемкость дисциплины	2	72	2	72
Аудиторные занятия	0,1	4	0,1	4
Лекции	0,1	4	0,1	4
Лабораторные работы	-	-	-	-
Практические занятия	-	-	-	-
Самостоятельная работа студента	1,8	64	1,8	64

Проработка учебного материала	1,8	64	1,8	64
Курсовой проект	-	-	-	-
Курсовая работа	-	-	-	-
Подготовка к промежуточной аттестации	0,1	4	0,1	4
Промежуточная аттестация:	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-7			
Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности			
Знание определений и содержания понятий физической культуры (ОК-7З)	определений основных понятий физической культуры	содержания основных понятий физической культуры	содержания основных понятий физической культуры в их взаимосвязи
Умение использовать основные понятия физической культуры (ОК-7У)	пользоваться основными понятиями физической культуры при алгоритмической деятельности	пользоваться основными понятиями физической культуры в ситуации, аналогичной обучающей	использовать систему знаний физической культуры в ситуациях, требующих перестройки связей между уже сформированными понятиями
Владение методами и средствами физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности (ОК-7В)	отдельными базовыми методами и средствами физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности	совокупностью методов и средств физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности	системой методов и средств физической культуры для поддержания должного уровня физической подготовленности

РАЗДЕЛ 2 СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ И ТЕХНОЛОГИЯ ЕЕ ОСВОЕНИЯ

2.1 Структура дисциплины, ее трудоемкость

Общая трудоемкость дисциплины «Физическая культура и спорт» составляет 2 зачетные единицы или 72 часа. Объем часов учебной работы по формам обучения, видам занятий и самостоятельной работе в соответствии с учебным рабочим планом представлен в таблице 3.

Таблица 3

Распределение фонда времени по видам занятий

Наименование раздела и темы	Всего часов	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах/интерактивные часы)				Коды составляющих компетенций	Формы и вид контроля освоения составляющих компетенций (из фонда оценочных средств)
		лекции	лаб. раб.	пр. зан.	сам. раб.		
Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.	8	2	-	-	6	ОК-73	Тестовые задания ТК-1
Тема 2. Социально-биологические основы физической культуры	8	2	-	-	6	ОК-73	Тестовые задания ТК-1
Тема 3. Основы здорового образа жизни студента. Роль физической культуры в обеспечении здоровья.	8	2	-	-	6	ОК-73	Тестовые задания ТК-1
Тема 4. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности	8	2	-	-	6	ОК-73	Тестовые задания ТК-2
Тема 5. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания. ГТО – как системообразующий фактор физической подготовки студентов.	8	2	-	-	6	ОК-73	Тестовые задания ТК-2
Тема 6. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.	8	2	-	-	6	ОК-73 ОК-7У ОК-7В	Тестовые задания ТК-2
Тема 7. Особенности занятий избранным видом спорта или	8	2	-	-	6	ОК-73	Тестовые задания ТК-2

системой физических упражнений.							
Тема 8. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.	8	2	-	-	6	ОК-73 ОК-7У ОК-7В	Тестовые задания ТК-2
Тема 9. Профессионально-прикладная физическая подготовка.	8	2	-	-	6	ОК-73	Тестовые задания ТК-2
Зачет							ФОС ПА
ИТОГО:	72	18	-	-	54		

Таблица 4

Матрица компетенций по разделам РП

Наименование раздела (тема)	Формируемые компетенции (составляющие компетенций)		
	ОК-7		
	ОК-73	ОК-7У	ОК-7В
Тема 1	+	-	-
Тема 2	+	-	-
Тема 3	+	-	-
Тема 4	+	-	-
Тема 5	+	-	-
Тема 6	+	+	+
Тема 7	+	-	-
Тема 8	+	+	+
Тема 9	+	-	-

2.2 Содержание дисциплины

Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке

Физическая культура как часть общечеловеческой культуры. Компоненты физической культуры. Краткая история физической культуры. Возрастные роли физической культуры в современном обществе. Физическая культура и спорт в высшем учебном заведении. Особенности организации физического воспитания студентов НЧФ КНИТУ-КАИ. Понятийный аппарат учебной дисциплины «Физическая культура»: культура, физическая культура, физическое совершенство, физическое развитие, физическая подготовленность.

Литература: [1]; [3]; [4].

Тема 2. Социально-биологические основы физической культуры

Организм как биологическая система; анатомо-морфологические особенности организма; костная система и её функции; мышечная система и её функции; органы пищеварения и выделения; физиологические системы организма, двигательная активность человека и взаимосвязь физической и умственной деятельности; средства физической культуры, обеспечивающие устойчивость к умственной и физической работоспособности; функциональные показатели тренированности организма в покое и при выполнении предельно напряженной работы; обмен веществ и энергии.

Литература: [1]; [4].

Тема 3. Основы здорового образа жизни студента. Роль физической культуры в обеспечении здоровья.

Понятие «здоровье» и его содержание; функциональное проявление здоровья в различных сферах жизнедеятельности; Влияние окружающей среды на здоровье; ценностные ориентации студентов на здоровый образ жизни и их отражение в жизнедеятельности; организация режима труда, отдыха и сна; организация режима питания; организация двигательной активности; личная гигиена и закаливание; профилактика вредных привычек.

Литература: [1]; [2].

Тема 4. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности

Особенности бюджета времени студентов; основные психофизиологические характеристики умственного труда студентов; динамика умственной работоспособности; условия высокой продуктивности учебного труда студентов; нормирование двигательной активности студентов; использование физических упражнений как средства активного отдыха и повышения работоспособности; значение физических упражнений как средства противодействия психическому стрессу и снятия нервно-эмоционального напряжения; методические основы использования средств физической культуры и спорта в процессе обучения; учебные и самостоятельные занятия студентов по физическому воспитанию в режиме учебно-трудовой деятельности; и использование средств физической культуры и спорта в свободное время; использование средств физической культуры и спорта в оздоровительно-спортивных лагерях.

Литература: [1]; [2]; [4].

Тема 5. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания. ГТО – как системообразующий фактор физической подготовки студентов.

Понятие о принципах методики физического воспитания и их назначение; средства и методы физического воспитания; воспитание физических средств; общая физическая подготовка; специальная физическая подготовка; принципы спортивной тренировки;

тренировочное занятие. История возникновения и развития Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО); содержание всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО; значение реализации программы комплекса ГТО в стенах вузов.

Литература: [1]; [2]; [4].

Тема 6. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.

Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями; формы самостоятельных занятий; содержание самостоятельных занятий; характер содержания занятий в зависимости от возраста. Общая характеристика спорта. Единая спортивная классификация. Спорт в высшем учебном заведении. Студенческие спортивные соревнования. Нетрадиционные системы физических упражнений. Индивидуальный выбор видов спорта. Краткая характеристика основных групп видов спорта.

Литература: [1]; [2]; [3].

Тема 7. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений.

Характеристика особенностей воздействия видов спорта (системы физических упражнений) на физическое развитие и подготовленность, психические качества и свойства личности; характеристика видов спорта, развивающих отдельные физические качества;

цели и задачи спортивной подготовки в условиях вуза; планирование тренировки в избранном виде спорта; основные пути достижения физической, технической, тактической и психической подготовленности; методы контроля за эффективностью тренировочных занятий; календарь студенческих соревнований; спортивная классификация и правила спортивных соревнований в избранном виде спорта.

Литература: [1]; [3]; [4].

Тема 8. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.

Диагностика и самодиагностика организма при занятиях физическими упражнениями и спортом; врачебный контроль, его содержание и периодичность; методы стандартов, антропометрических индексов для оценки физического развития; оценка функционального состояния систем организма; контроль за физической подготовленностью; содержание педагогического контроля; самоконтроль и его задачи.

Литература: [1]; [3]; [4].

Тема 9. Профессионально-прикладная физическая подготовка.

Личная и социально-экономическая необходимость специальной психофизической подготовки человека к труду в современных условиях; общие положения профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП); цель и задачи профессионально-прикладной физической подготовки; ППФП в системе физического воспитания студентов; средства профессионально-прикладной физической подготовки студентов; организация, формы и система контроля ППФП студентов в вузе,

Литература: [1]; [2]; [3].

2.3 Курсовой проект /курсовая работа

Курсовой проект и курсовая работа по дисциплине учебным планом не предусмотрены.

РАЗДЕЛ 3 ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И КРИТЕРИИ ОЦЕНОК ОСВОЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

3.1 Оценочные средства для текущего контроля

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

ФОС ТК адаптирован для обучающихся-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья и позволяет оценить достижение ими запланированных результатов обучения и уровень сформированности заявленных компетенций.

Типовые тестовые задания оценки знаний студентов

1. Какой показатель НЕ отражает физическое совершенство человека?
 - А) высокий уровень здоровья
 - Б) высокий уровень развития двигательных качеств и функциональных возможностей организма
 - В) высокий уровень духовно-нравственных качеств
 - Г) творческое долголетие

2. Физическая культура представляет собой...
 - А) учебный предмет в вузе
 - Б) выполнение упражнений
 - Г) процесс совершенствования возможностей человека

3. Термин рекреация означает:
 - А) постепенное приспособление организма к нагрузкам

Б) состояние расслабленности, возникающее у субъекта после снятия чрезмерного физического, эмоционального и умственного напряжения

В) отдых, восстановление сил человека, израсходованных в процессе труда, тренировочных занятий и соревнований

4. Какую функцию обеспечивает гемоглобин крови?

А) транспорт углекислого газа из легких

Б) транспорт кислорода из легких к тканям

В) уничтожение инородных тел и болезнетворных микробов в организме

Г) обеспечение свертывания крови

Д) регулирует рН крови

5. Белые кровяные тельца, выполняющие защитную функцию, это:

А) эритроциты

Б) лимфоциты

В) тромбоциты

6. Во время выполнения одинаковой мышечной работы у спортсмена по сравнению с не спортсменом частота сердечных сокращений

А) меньше

Б) больше

В) не отличается

7. Укажите наиболее благоприятное соотношение в питании человека основными пищевыми веществами (белки, жиры, углеводы):

А) 1 : 2 : 3

Б) 2 : 2 : 3

В) 1 : 1 : 4

Г) 2 : 1 : 4

Д) 1 : 3 : 3

Е) 2 : 2 : 2

Ж) 1 : 1 : 2

З) 3 : 1 : 2

8. Укажите наиболее правильное распределение калорийности при 3х разовом питании:

А) 30% 45% 25%

Б) 20% 50% 30%

В) 10% 45% 45%

Г) 50% 30% 20%

3.2 Оценочные средства для промежуточного контроля.

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

Первый этап: типовые тестовые задания

1. Для сохранения тренировочного эффекта перерывы между тренировками не должны превышать (в днях):

1) 1-3

2) 2-3

3) 4-5

4) 10

5) 7-9

2. Суммарное проявление физической силы, выносливости, нервно-психической деятельности определяется как:

- 1) физическое развитие
- 2) спортивное достижение
- 3) биотип
- 4) прототип
- 5) физиологический уровень организма

3. Принцип направленности к высшим достижениям относится к :

- 1) утренней гимнастики
- 2) спортивной тренировке
- 3) учебным занятиям
- 4) оздоровительным занятиям
- 5) соревнованиям

4. Уровень развития двигательных способностей человека определяется как

- 1) тестами (контрольными упражнениями)
- 2) спортивным результатом
- 3) разрядными нормативами
- 4) умение выполнять упражнения

5. При высокой интенсивности физической нагрузки частота сердечных сокращений составляет (ударов в минуту)

- 1) 100-130
- 2) 130-150
- 3) 150-200
- 4) 120-140
- 5) 160-180

6. Артериальное давление измеряется в:

- 1) кг/см²
- 2) барометрах
- 3) паскалях
- 4) мм.рт.ст.

7. Сочетание разнообразных двигательных действий, выполняемых в повседневной жизни и организованных или самостоятельных занятий физической культуры определяется как:

- 1) физическое воспитание
- 2) двигательная активность
- 3) физическая культура
- 4) физическая нагрузка

8. Бюджет времени студентов в течении семестра

- 1) уменьшается
- 2) увеличивается
- 3) не изменяется
- 4) зависит от рабочего режима
- 5) увеличивается в период зачетов к сессии

Второй этап: типовые вопросы к комплексному заданию

1. Понятийный аппарат учебной дисциплины «Физическая культура»: культура, физическая культура, физическое совершенство, физическое развитие, физическая подготовленность.
2. Структура и содержание физической культуры.
3. Оценка уровня физической культуры.
4. Краткое строение и функции системы крови. Совершенствование системы под влиянием систематических занятий физическими упражнениями и спортом.
5. Краткое строение и функции дыхательной системы. Совершенствование системы под влиянием систематических занятий физическими упражнениями и спортом.
6. Краткое строение и функции костной системы. Совершенствование системы под влиянием систематических занятий физическими упражнениями и спортом.
7. Краткое строение и функции мышечной системы. Совершенствование системы под влиянием систематических занятий физическими упражнениями и спортом.
8. Краткое строение и функции систем: нервной, пищеварительной, эндокринной.
9. Совершенствование систем под влиянием систематических занятий физическими упражнениями и спортом.
10. Проявление уровня тренированности организма при стандартной физической нагрузке.
11. Понятия здоровье, духовное здоровье, социальное здоровье, физическое здоровье.
12. Факторы, определяющие уровень здоровья человека.
13. Понятия здоровый образ жизни, здоровый стиль жизни.
14. Компоненты ЗОЖ, дать краткую характеристику.
15. Влияние умственной нагрузки на организм.
16. Методика оценки уровня работоспособности: показатели и их степени выраженности при различных уровнях утомления.
17. Изменение работоспособности студентов в течение дня.
18. Изменение работоспособности студентов в течение недели.
19. Изменение работоспособности студентов в течении семестра и учебного года.
20. Малые формы организации занятий физическими упражнениями в режиме дня: содержание и назначение.
21. Методика составления и выполнения утренней гигиенической гимнастики.
22. Методика составления и выполнения вводной гимнастики.
23. Методика составления и выполнения физкультурной паузы.
24. Методика составления и выполнения физкультурной минутки.
25. Использование средств физической культуры в период экзаменационной сессии: назначение, содержание, методика выполнения.
26. Методы физического воспитания.
27. Теоретические основы формирования двигательных действий.
28. Организация и методика проведения тренировочного занятия: структура и содержание.
29. Сила: средства и методика развития.
30. Выносливость: средства и методика развития.
31. Ловкость: средства и методика развития.
32. Быстрота: средства и методика развития.
33. Гибкость: средства и методика развития.
34. Структура и содержание спортивной подготовки: ОФП, СФП, техническая, тактическая, теоретическая, психологическая подготовка.
35. Зоны интенсивности физических нагрузок по ЧСС: нулевая, первая, вторая, третья.

36. Нормы недельной двигательной активности человека: расчет часов.
37. Формы организации выполнения самостоятельных занятий физическими упражнениями.
38. Индивидуальный выбор систем физических упражнений или видов спорта в зависимости от возрастного периода человека.
39. Адаптация опорно-двигательного аппарата, на примере силовой нагрузки.
40. Программа восстановления организма в процессе силовой подготовки.
41. Виды контроля занимающихся физическими упражнениями и спортом., ее цели и задачи.
42. Врачебный контроль: содержание и периодичность.
44. Самоконтроль: цель и задачи.
45. Методы определения физического развития.
46. Методы определения физической работоспособности.
47. Определение понятия ППФП, ее цель и задачи.
48. Факторы, определяющие содержание ППФП.

3.3 Форма и организация промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

По итогам освоения дисциплины зачет проводится в два этапа: **тестирование и письменный ответ на вопрос.**

Первый этап проводится в виде тестирования.

Тестирование ставит целью оценить **пороговый** уровень освоения обучающимися заданных результатов, а также знаний и умений, предусмотренных компетенциями.

Для оценки **превосходного и продвинутого** уровня усвоения компетенций проводится **Второй этап** в виде **письменного ответа** на контрольные вопросы.

Форма проведения текущей и промежуточной аттестации для обучающихся-инвалидов устанавливается с учетом индивидуальных психофизиологических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.) При необходимости обучающемуся-инвалиду предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на зачете.

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 (отлично)
Освоен продвинутый уровень усвоения компетенций	от 71 до 85	Зачтено (хорошо)
Освоен пороговый уровень усвоения компетенций	от 51 до 70	Зачтено (удовлетворительно)
Не освоен пороговый уровень усвоения компетенций	до 51	Не зачтено (не удовлетворительно)

РАЗДЕЛ 4 ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1 Учебно-методическое обеспечение дисциплины

4.1.1 Основная литература

1. Бишаева А.А. Физическая культура [Текст]: учебник для вузов / А.А. Бишаева, В.В. Малков. - М.: Кнорус, 2016. - 312 с. - ISBN 978-5-406-04558-9

4.1.2 Дополнительная литература

2. 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/catalog.php?bookinfo=443255>

3. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие / Чертов Н.В. - Ростов-на-Дону: Издательство ЮФУ, 2012. - 118 с. ISBN 978-5-9275-0896-9.-Режим доступа: <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=551007>

4. 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/catalog.php?bookinfo=509590>

4.1.3 Методическая литература для самостоятельной работы

Представлена в Blackboard Learn <https://bb.kai.ru>.

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

4.1.4.1 Методические рекомендации

Изучение дисциплины производится в тематической последовательности. Каждому самостоятельному изучению материала предшествует лекция по данной теме.

Изучение дисциплины «Физическая культура и спорт» обучающимися заключается в:

- посещения лекций в соответствии с утвержденным графиком обучения по направлению;
- интенсивной самостоятельной подготовке студентов.

Самостоятельная подготовка и освоение учебного материала по дисциплине реализуется с использованием современных инфокоммуникационных технологий e-learning на платформе Blackboard. контроль освоения программы дисциплины осуществляется путем дистанционного тестирования обучающихся через систему Blackboard.

Для организации самостоятельной работы каждому студенту необходимо завести дневник самоконтроля, куда следует регулярно заносить показатели физического развития и функционального состояния организма. Делать выводы на основе полученных данных.

Изучение лекционного материала выполняется с использованием слайдовой презентации, личных записей студента и рекомендованной литературы.

В результате самоподготовки студент должен ответить на материалы фонда оценочных средств по разделам курса, типовые задания из которого приведены в рабочей программе дисциплины. Студентам рекомендуется выполнить все эти задания.

Для подготовки в контрольной точке №1 рекомендуется повторить темы 1, 2, 3. для подготовки к контрольной точке № 2 рекомендуется повторить темы 4-9.

При подготовке к зачету рекомендуется повторить материал лекций. При недостаточном понимании теоретических вопросов или затруднениях при решении задач следует посещать консультации преподавателя.

4.1.4.2 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине;

Представлен в Blackboard Learn <https://bb.kai.ru>.

4.1.5 Методические рекомендации для преподавателей

Лекционный материал сочетается с самостоятельными заданиями. Значительное время посвящено выполнению заданий по самостоятельной работе.

Кроме того, предполагается использование информационных технологий при организации взаимодействия со студентами для представления информации, выдачи рекомендаций и консультирования по вопросам различного уровня, использование мультимедиа-средств при проведении лекционных занятий. При чтении лекций преподаватель имеет право самостоятельно выбирать формы и методы изложения материала, которые будут способствовать качественному его усвоению. При этом преподаватель в установленном порядке может использовать технические средства обучения, имеющиеся в институте. Вместе с тем, всякий лекционный курс является в определенной мере авторским, представляет собой творческую переработку материала и неизбежно отражает личную точку зрения лектора на предмет и методы его преподавания.

Средства обучения: студентам предоставляется учебно-методические материалы по дисциплине, размещенные в электронной информационно-образовательной среде вуза Blackboard Learn. Материалы для самостоятельной работы студентов предназначены для самостоятельной проработки материала курса, а также подготовки ко всем формам контроля.

В образовательном процессе используются социально-активные и рефлексивные методы обучения, а также технологии социокультурной реабилитации. Выбор методов обучения определяется, в том числе, особенностями восприятия учебной информации обучающимися-инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

4.2 Информационное обеспечение дисциплины

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения, современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем (при необходимости)

4.2.1 Основное информационное обеспечение

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины:

1. Blackboard Learn - Электронные курсы КНИТУ-КАИ <https://bb.kai.ru>
2. Электронная библиотека КНИТУ-КАИ <http://e-library.kai.ru>
3. ЭБС Znanium.com <http://znanium.com/>

4.2.2 Дополнительное информационное обеспечение (современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы (при необходимости))

- Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU <http://elibrary.ru/>

4.2.3 Перечень программного обеспечения

- Microsoft Windows XP Pro SP3
- Microsoft Office Standard 2007
- Sumatra PDF
- 7-Zip
- Opera
- Google Chrome
- Mozilla Firefox
- Blackboard Learning Management System

4.3 Кадровое обеспечение

4.3.1 Базовое образование

Высшее образование в области физической культуры и спорта и наличие ученой степени и/или ученого звания в указанной области и /или наличие дополнительного профессионального образования – профессиональной переподготовки в области физической культуры и спорта.

4.3.2 Профессионально-предметная квалификация преподавателей

Желательно наличие научных и/или методических работ по организации или методическому обеспечению образовательной деятельности по физической культуре и спорту, 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) или практический опыт работы в области физической культуры и спорта.

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

Обязательна дополнительная подготовка в области инклюзивного образования: психофизиологические особенности инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, специфика приема-передачи учебной информации, применение специальных технических средств обучения с учетом различных нозологий.

4.4 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Таблица 6

Материально-техническое обеспечение дисциплины

Наименование раздела (темы) дисциплины	Наименование учебной лаборатории, аудитории, класса	Перечень лабораторного оборудования, специализированной мебели и технических средств обучения	Количество единиц		
Темы 1-9	Учебная аудитория 105	Специализированный комплекс технических средств обучения для учебной аудитории (персональный компьютер, акустическая система, камера для документов, микшерный пульт, интерактивная доска, ip – камера) с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронно-образовательную среду.	1		
		Лицензионное программное обеспечение: Microsoft Windows XP Pro SP3 Kaspersky Endpoint Security 10 Sumatra PDF 7-Zip Opera Google Chrome Mozilla Firefox Microsoft Office Standard 2007 Blackboard Learning Management System			
		Стол	27		
		Стул	46		
		Классная доска	1		
		Флипчарт	1		
		Компьютерный класс ауд. 103	Специализированный комплекс технических средств обучения для учебной аудитории (персональный компьютер, акустическая система, камера для документов, микшерный пульт, интерактивная доска, ip – камера) с возможностью		1

		подключения к сети «Интернет» и доступом в электронно-образовательную среду.	
		Персональный компьютер с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронно-образовательную среду	30
		Лицензионное программное обеспечение: Microsoft Windows XP Pro SP3 Kaspersky Endpoint Security 10 Sumatra PDF 7-Zip Google Chrome Mozilla Firefox Microsoft Office Standard 2007 Blackboard Learning Management System	
		Маркерная доска	1
		Стол	30
		Стул	30
		Классная доска	1
	Помещение для самостоятельной работы обучающихся ауд. 235	Персональный компьютер с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронно-образовательную среду	6
		Компьютерный стол	5
		Стол	4
		Стул	13
		Лицензионное программное обеспечение: Microsoft Windows XP Pro SP3 Kaspersky Endpoint Security 10 Sumatra PDF 7-Zip Opera Google Chrome Mozilla Firefox Microsoft Office Standard 2007 Blackboard Learning Management System	
	Помещение для самостоятельной работы обучающихся ауд. 233	Персональный компьютер с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронно-образовательную среду	7
		Ноутбук с беспроводным доступом к сети «Интернет» и доступом в электронно-образовательную среду	10
		Компьютерный стол	7
		Стол	6
		Стул	18
		Лицензионное программное обеспечение:	

		Microsoft Windows XP Pro SP3 Kaspersky Endpoint Security 10 Sumatra PDF 7-Zip Google Chrome Mozilla Firefox Microsoft Office Standard 2007 Blackboard Learning Management System	
--	--	---	--

5 Вносимые изменения и утверждения

5.1 Лист регистрации изменений, вносимых в рабочую программу дисциплины

Лист регистрации изменений

№ п/п	Дата внесения изменений	Содержание изменений	«Согласовано» Зав. каф. реализующей дисциплину	«Согласовано» председатель УМК НЧФ КНИТУ-КАИ
1	2	3	4	5
1	30.05.18	Дополнение раздела 4.23 4.4 (код 103 233) Windows 10, version 1803 Microsoft Office 2010 Professional Plus	<i>Гуляев</i>	<i>Смирнов</i>
2	31.05.18	В рабочую программу Ф.И.В. заочной специальности «Информационные системы в сфере обслуживания» введена литература в объеме 6 часов: учебник «Информационные системы в сфере обслуживания» - 2-е изд. - Москва: Издательство «Красот», 2017 - 180 с. - ISBN 978-5-434-10324-9 - Текст: Информационные ИС в сфере обслуживания / сайт: - URL: http://publco-online.ru/book/45676 (дата обращения: 16.10.2018)	<i>Гуляев</i>	<i>Смирнов</i>
3	31.05.20	Добавлен в п. 4.1.2 ф. последние биометрические в сфере деятельности предприятия и сайта № 2018 // z.kanlit.com/moldat = 10461	<i>Гуляев</i>	<i>Смирнов</i>
4	01.06.20	Внесены коды 7010 и код 7010 и код 7010 в рабочую программу № 103 233	<i>Гуляев</i>	<i>Смирнов</i>
5	14.05.2021 г.	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса, контракт №218 от 14 января 2021г.	<i>Гуляев</i>	<i>Смирнов</i>

КТАП Физкультура и спорт

№ п/п	№ страницы внесения изменений	Дата внесения изменений	Содержание изменений	«Согласовано» зав. каф., реализующей дисциплину	«Согласовано» Председатель УМК НЧФ КНИТУ-КАИ
1	2	3	4	5	6
	1	01.02.2019	Изменение наименования учредителя университета. В соответствии с утверждением устава федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Казанский национальный исследовательский технический 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»	<i>Туполев</i>	<i>Левин</i>
2	13	31.05.19.	<i>В п. 4.1д. Доп. литературе введена деп. историка Тубошев И.П., чл.-совб Ч.С. Физическая культура: Учебно-метод. пособие. Казань: Изд-во Казан. гос. техн. ун-та, 2011, 48с.</i>	<i>Туполев</i>	<i>Левин</i>

5.2 Лист утверждения рабочей программы дисциплины на учебный год

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

Учебный год	«Согласовано» Зав. каф. реализующей дисциплину	«Согласовано» Председатель УМК НЧФ КНИТУ-КАИ
2017/2018	<i>Л.И. Буланова</i>	<i>С.З. Самарский</i>
2018/2019	<i>Л.И. Буланова</i>	<i>Л.Р. Мухоморова</i>
2019/2020	<i>Л.И. Буланова</i>	<i>Л.Р. Мухоморова</i>
2020/2021	<i>Л.И. Буланова</i>	<i>Л.Р. Мухоморова</i>
2021/2022	<i>Т.В. Табуретова</i>	<i>Л.Р. Мухоморова</i>