



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«КАЗАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «КГЭУ»)

АКТУАЛИЗИРОВАНО  
с изменениями  
решением ученого совета ИАТЭ  
протокол №4 от 27.05.2025

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
Института теплоэнергетики  
\_\_\_\_\_ С.О.Гапоненко  
«30» мая 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

Б1.О.07 Физическая культура и спорт

Направление подготовки 35.03.08 «Водные биоресурсы и аквакультура»  
(Код и наименование направления подготовки)

Квалификация \_\_\_\_\_ Бакалавр  
(Бакалавр / Магистр)

г. Казань, 2023

Программу разработали:

| Наименование<br>кафедры | Должность, уч.степень,<br>уч.звание | ФИО<br>разработчика |
|-------------------------|-------------------------------------|---------------------|
| Физическое воспитание   | заф.каф., к.б.н, доц.               | Васенков Н. В.      |
|                         | ст. преп.                           | Бортникова Л. В.    |
|                         | ст. преп.                           | Таштиев Р.И.        |

| Согласование | Наименование<br>подразделения              | Дата       | №<br>протокола | Подпись                                  |
|--------------|--------------------------------------------|------------|----------------|------------------------------------------|
| Одобрена     | ФВ                                         | 17.04.2023 | №8             | Заф.каф., к.б.н, доц.<br>Васенков Н. В.  |
| Согласована  | ВБА                                        | 16.05.2023 | 5              | Зав.каф., д.б.н., проф.<br>Калайда М.Л.  |
| Согласована  | Учебно-<br>методический<br>совет института | 30.05.2023 | 9              | Директор, к.т.н., доц.                   |
| Одобрена     | Ученый совет<br>института ИТЭ              | 30.05.2023 | 9              | Директор, к.т.н., доц.<br>Гапоненко С.О. |

## 1. Цель, задачи и планируемые результаты обучения по дисциплине

Целью освоения дисциплины «физическая культура и спорт» является приобретение студентами знаний в области физической культуры, формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями, формирование физической культуры личности, подготовку к социально-профессиональной деятельности, сохранение и укрепление здоровья.

Задачами дисциплины являются:

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание биологических, психолого-педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- 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 и спорте;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

Компетенции и индикаторы, формируемые у обучающихся:

| Код и наименование компетенции                                                                                                                   | Код и наименование индикатора                                                                                                                                                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни | УК-6.1 Применяет знание о своих ресурсах и их пределах (личностных, ситуативных, временных и т.д.) для успешного выполнения порученной работы                                                                                                        |
| УК-7 – Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности  | УК-7.1 Понимает влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний<br>УК-7.2 – Выполняет индивидуально подобранные комплексы оздоровительной или адаптивной физической культуры |

## 2. Место дисциплины в структуре ОП

Предшествующие дисциплины (модули): Общая физическая подготовка, Оздоровительная физическая подготовка, Прикладная физическая подготовка.  
Последующие дисциплины (модули), практики.

### 3. Структура и содержание дисциплины

#### 3.1. Структура дисциплины

Для очной формы обучения

| Вид учебной работы                    | Всего<br>ЗЕ | Всего<br>часов | Семестр(ы) |
|---------------------------------------|-------------|----------------|------------|
|                                       |             |                | 4          |
| ОБЩАЯ ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ         | 2           | 72             | 2          |
| КОНТАКТНАЯ РАБОТА*                    | 0,63        | 23             | 23         |
| АУДИТОРНАЯ РАБОТА                     | 0,5         | 18             | 18         |
| Лекции                                | 0,5         | 18             | 18         |
| Практические (семинарские) занятия    | -           | -              | -          |
| Лабораторные работы                   | -           | -              | -          |
| САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА ОБУЧАЮЩЕГОСЯ   | 1,5         | 54             | 54         |
| Проработка учебного материала         | 0,13        | 5              | 5          |
| Курсовой проект                       |             | -              | -          |
| Курсовая работа                       |             | -              | -          |
| Подготовка к промежуточной аттестации |             | 0              | 0          |
| Промежуточная аттестация:             |             |                | 3          |
|                                       |             |                | —          |

Для заочной формы обучения

| Вид учебной работы                    | Всего<br>ЗЕ | Всего<br>часов | Семестр |
|---------------------------------------|-------------|----------------|---------|
|                                       |             |                | 2       |
| ОБЩАЯ ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ         | 2           | 72             | 72      |
| КОНТАКТНАЯ РАБОТА*                    | 0,3         | 11             | 11      |
| АУДИТОРНАЯ РАБОТА                     | 0,11        | 4              | 4       |
| Лекции                                | 0,11        | 4              | 4       |
| Практические (семинарские) занятия    | -           | -              | -       |
| Лабораторные работы                   | -           | -              | -       |
| САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА ОБУЧАЮЩЕГОСЯ   | 1,89        | 68             | 68      |
| Проработка учебного материала         | 0,19        | 7              | 7       |
| Курсовой проект                       | -           | -              | -       |
| Курсовая работа                       | -           | -              | -       |
| Подготовка к промежуточной аттестации |             | 0              | 0       |
| Промежуточная аттестация:             |             |                | 3       |
|                                       |             |                | —       |

### 3.2. Содержание дисциплины, структурированное по разделам и видам занятий

| Разделы дисциплины                                      | Всего часов | Распределение трудоемкости по видам учебной работы |           |          |           | Формы и вид контроля | Индексы индикаторов формируемых компетенций |
|---------------------------------------------------------|-------------|----------------------------------------------------|-----------|----------|-----------|----------------------|---------------------------------------------|
|                                                         |             | лекций                                             | лаб. раб. | пр. зан. | сам. раб. |                      |                                             |
| Раздел 1. Общие сведения о физической культуре и спорте | 72          | 18                                                 | -         |          | 54        | ТК-1<br>ТК-2<br>ТК-3 | УК-6.1, УК-7.1, УК-7.2<br>31, У1, В1        |
| Зачет                                                   | 2           |                                                    |           |          | 0         | ОМ 1                 | УК-6.1, УК-7.1, УК-7.2<br>31, У1, В1        |
| <b>ИТОГО</b>                                            | <b>72</b>   | <b>18</b>                                          | <b>-</b>  | <b>-</b> | <b>54</b> |                      |                                             |

### 3.3. Содержание дисциплины

Раздел 1. Общие сведения о физической культуре и спорте

Тема 1.1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов

Тема 1.2. Социально-биологические основы физической культуры

Тема 1.3. Спорт. Олимпийские игры

Тема 1.4. Организация самостоятельных занятий физической культурой

Тема 1.5. Здоровый образ жизни

Тема 1.6. Строевая подготовка

### 3.4. Тематический план практических занятий

Данный вид работы не предусмотрен учебным планом

### 3.5. Тематический план лабораторных работ

Данный вид работы не предусмотрен учебным планом

### 3.6. Курсовой проект /курсовая работа

Данный вид работы не предусмотрен учебным планом

### 4. Оценивание результатов обучения

Оценивание результатов обучения по дисциплине осуществляется в рамках текущего контроля и промежуточной аттестации, проводимых по балльно-рейтинговой системе (БРС).

Шкала оценки результатов обучения по дисциплине:

| Код компетенции | Код индикатора компетенции | Запланированные результаты обучения по дисциплине | Уровень сформированности индикатора компетенции |             |                   |                     |
|-----------------|----------------------------|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-------------|-------------------|---------------------|
|                 |                            |                                                   | Высокий                                         | Средний     | Ниже среднего     | Низкий              |
|                 |                            |                                                   | от 85 до 100                                    | от 70 до 84 | от 55 до 69       | от 0 до 54          |
|                 |                            |                                                   | Шкала оценивания                                |             |                   |                     |
|                 |                            |                                                   | отлично                                         | хорошо      | удовлетворительно | неудовлетворительно |
|                 |                            |                                                   | зачтено                                         |             |                   | не зачтено          |
| УК-6            | УК-6.1                     | знать:                                            |                                                 |             |                   |                     |

|      |                  |                                                                                                                              |                                                                                                                  |                                                                                                                 |                                                                                                                            |                                                                                                                             |
|------|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|      |                  | Знать научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни, основные положения общевоинских уставов ВС РФ | отлично знает основы физической культуры и здорового образа жизни, основные положения общевоинских уставов ВС РФ | хорошо знает основы физической культуры и здорового образа жизни, основные положения общевоинских уставов ВС РФ | удовлетворительно знает основы физической культуры и здорового образа жизни, основные положения общевоинских уставов ВС РФ | плохо знает основы физической культуры и здорового образа жизни, основные положения общевоинских уставов ВС РФ              |
|      |                  | уметь:                                                                                                                       |                                                                                                                  |                                                                                                                 |                                                                                                                            |                                                                                                                             |
|      |                  | Уметь выполнять комплекс утренней зарядки, применять положения нормативно-правовых актов                                     | без ошибок выполняет комплекс утренней зарядки, применять положения нормативно-правовых актов                    | выполняет комплекс утренней зарядки с незначительными ошибками, применять положения нормативно-правовых актов   | выполняет комплекс утренней зарядки с одной значительной ошибкой, применять положения нормативно-правовых актов            | выполняет комплекс утренней зарядки с двумя значительной ошибкой, неуверенно, применять положения нормативно-правовых актов |
|      |                  | владеть:                                                                                                                     |                                                                                                                  |                                                                                                                 |                                                                                                                            |                                                                                                                             |
|      |                  | Владеть способами передвижения по пересечённой местности, строевыми приемами на месте и в движении                           | отлично владеет способами передвижения по пересечённой местности, строевыми приемами на месте и в движении       | хорошо владеет способами передвижения по пересечённой местности, строевыми приемами на месте и в движении       | неуверенно владеет способами передвижения по пересечённой местности, строевыми приемами на месте и в движении              | плохо владеет способами передвижения по пересечённой местности, строевыми приемами на месте и в движении                    |
| УК-7 | УК_7.1<br>УК-7.2 | ЗНАТЬ:                                                                                                                       |                                                                                                                  |                                                                                                                 |                                                                                                                            |                                                                                                                             |
|      |                  | Знать методические принципы составления комплексов физкультурных упражнений                                                  | отлично знает методические принципы составления комплексов физкультурных упражнений                              | хорошо знает методические принципы составления комплексов физкультурных упражнений                              | удовлетворительно знает методические принципы составления комплексов физкультурных упражнений                              | плохо знает методические принципы составления комплексов физкультурных упражнений                                           |
|      |                  | уметь:                                                                                                                       |                                                                                                                  |                                                                                                                 |                                                                                                                            |                                                                                                                             |

|  |  |                                                                        |                                                                         |                                                                                   |                                                                                     |                                                                                             |
|--|--|------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | Уметь выполнять комплекс физкультурных упражнений                      | выполняет комплекс физкультурных упражнений без ошибок                  | выполняет комплекс физкультурных упражнений с одной незначительной ошибкой        | выполняет комплекс физкультурных упражнений с одной значительной ошибкой            | выполняет комплекс физкультурных упражнений с двумя значительными ошибками, неуверенно      |
|  |  | владеть:                                                               |                                                                         |                                                                                   |                                                                                     |                                                                                             |
|  |  | Владеть навыками проведения комплекса физкультурных упражнений группой | уверенно, без ошибок проводит комплекс физкультурных упражнений группой | с одной незначительной ошибкой проводит комплекс физкультурных упражнений группой | с двумя незначительными ошибками проводит комплекс физкультурных упражнений группой | неуверенно, с одной значительной ошибкой проводит комплекс физкультурных упражнений группой |

Оценочные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации приведены в Приложении к рабочей программе дисциплины.

Полный комплект заданий и материалов, необходимых для оценивания результатов обучения по дисциплине, хранится на кафедре разработчика.

## 5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 5.1. Учебно-методическое обеспечение

#### 5.1.1 Основная литература

1. Базовая физическая культура : учебное пособие / составители Л. В. Рубцова [и др.]. — Ижевск : Ижевская ГСХА, 2020. — 132 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/158618>

2. Физическая культура и спорт : учебник / В. А. Никишкин, Н. Н. Бумарскова, С. И. Крамской [и др.]. — Москва : МИСИ – МГСУ, 2021. — 380 с. — ISBN 978-5-7264-2861-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/179192>

3. Физическая культура и спорт. Курс лекций : учебное пособие / составители Е. М. Ревенко [и др.]. — 2-е изд., перераб. — Омск : СиБАДИ, 2019. — 181 с. — ISBN 978-5-00113-129-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/149520>

4. Физическая культура и спорт : учебник / С. И. Филимонова, Л. Б. Андрющенко, М. О. Аксенов [и др.] ; под ред.: С. И. Филимоновой, Л. Б. Андрющенко. - Москва : Кнорус, 2022. - 611 с. - URL: <https://book.ru/book/943779>. - ISBN 978-5-406-08845-6. - Текст : электронный.

#### 5.1.2. Дополнительная литература.

1. Бардамов, Г. Б. Физическая культура и спорт : учебник / Г. Б. Бардамов, К. В. Балдаев. — Улан-Удэ : Бурятская ГСХА им. В.Р. Филиппова, 2020. — 405с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/226094>

2. Элективные курсы по физической культуре и спорту : учебно-методическое пособие / составители Е. В. Климова [и др.]. — Новосибирск : СГУПС, 2019. — 42 с. —

ISBN 978-5-00148-074-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/164632>

3. Физическая культура и спорт: организация самостоятельной работы студентов : учебно-методическое пособие / составитель А. И.. — Иркутск : ИрГУПС, 2018. — 96 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/117581>

4. Теоретико-методические основы учебного процесса по физической культуре и спорту : учебно-методическое пособие / М. Т. Лобжа, А. И. Павлий, Т. Е. Веселкина [и др.]. — Санкт-Петербург : ПГУПС, 2020. — 109 с. — ISBN 978-5-7641-1450-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/156034>

5. Физическая культура: методики практического обучения : учебник / И. С. Барчуков. - М. : Кнорус, 2022. - 297 с. - (Бакалавриат). - URL: <https://book.ru/book/943968>. - ISBN 978-5-406-09973-5. - Текст : электронный.

## 5.2. Информационное обеспечение

### 5.2.1. Электронное и интернет-ресурсы

1. Электронно-библиотечная система «Лань» <https://e.lanbook.com/>

2. Электронно-библиотечная система «ibooks.ru» <https://ibooks.ru/>

3. Электронно-библиотечная система «book.ru» <https://book.ru/>

4. Портал «Открытое образование» <https://npod.ru/>

### 5.2.2. Профессиональные базы данных/ Информационно-справочные системы

5. «Консультант плюс» <https://www.consultant.ru/>

6. «eLIBRARY.RU» <https://www.elibrary.ru/>

### 5.2.3. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение дисциплины

7. Браузер Chrome, система поиска информации в сети интернет (включая русскоязычный). <https://www.google.ru>

8. LMS Moodle, ПО для эффективного онлайн – взаимодействия преподавателя и студента. Свободная лицензия.

## 6. Материально-техническое обеспечение дисциплины

| №п/п | Наименование вида учебной работы | Наименование учебной аудитории, специализированной лаборатории | Перечень необходимого оборудования и технических средств обучения                                                                                                |
|------|----------------------------------|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1    | Лекции                           | Учебная аудитория                                              | Доска аудиторная (2 шт.), акустическая система, усилитель-микшер для систем громкой связи, миникомпьютер, монитор, проектор, экран настенно-потолочный, микрофон |
| 2    | Самостоятельная работа           | Учебная аудитория                                              | Моноблок (30 шт.), система видеонаблюдения (6 видеокамер), проектор, экран.                                                                                      |
| 3    | Промежуточная аттестация         | Учебная аудитория                                              | Моноблок (30 шт.), система видеонаблюдения (6 видеокамер), проектор, экран.                                                                                      |

## **7. Особенности организации образовательной деятельности для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов**

Лица с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и инвалиды имеют возможность беспрепятственно перемещаться из одного учебно-лабораторного корпуса в другой, подняться на все этажи учебно-лабораторных корпусов, заниматься в учебных и иных помещениях с учетом особенностей психофизического развития и состояния здоровья.

Для обучения лиц с ОВЗ и инвалидов, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, обеспечены условия беспрепятственного доступа во все учебные помещения. Информация о специальных условиях, созданных для обучающихся с ОВЗ и инвалидов, размещена на сайте университета [www/kgeu.ru](http://www/kgeu.ru). Имеется возможность оказания технической помощи ассистентом, а также услуг сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков.

Для адаптации к восприятию лицами с ОВЗ и инвалидами с нарушенным слухом справочного, учебного материала по дисциплине обеспечиваются следующие условия:

- для лучшей ориентации в аудитории, применяются сигналы оповещения о начале и конце занятия (слово «звонок» пишется на доске);
- внимание слабослышащего обучающегося привлекается педагогом жестом (на плечо кладется рука, осуществляется нерезкое похлопывание);
- разговаривая с обучающимся, педагогический работник смотрит на него, говорит ясно, короткими предложениями, обеспечивая возможность чтения по губам.

Компенсация затруднений речевого и интеллектуального развития слабослышащих обучающихся проводится путем:

- использования схем, диаграмм, рисунков, компьютерных презентаций с гиперссылками, комментирующими отдельные компоненты изображения;
- регулярного применения упражнений на графическое выделение существенных признаков предметов и явлений;
- обеспечения возможности для обучающегося получить адресную консультацию по электронной почте по мере необходимости.

Для адаптации к восприятию лицами с ОВЗ и инвалидами с нарушениями зрения справочного, учебного, просветительского материала, предусмотренного образовательной программой по выбранному направлению подготовки, обеспечиваются следующие условия:

- ведется адаптация официального сайта в сети Интернет с учетом особых потребностей инвалидов по зрению, обеспечивается наличие крупношрифтовой справочной информации о расписании учебных занятий;
- педагогический работник, его собеседник (при необходимости), присутствующие на занятии, представляются обучающимся, при этом каждый раз называется тот, к кому педагогический работник обращается;
- действия, жесты, перемещения педагогического работника коротко и ясно комментируются;
- печатная информация предоставляется крупным шрифтом (от 18 пунктов), тотально озвучивается;
- обеспечивается необходимый уровень освещенности помещений;
- предоставляется возможность использовать компьютеры во время

занятий и право записи объяснений на диктофон (по желанию обучающихся).

Форма проведения текущей и промежуточной аттестации для обучающихся с ОВЗ и инвалидов определяется педагогическим работником в соответствии с учебным планом. При необходимости обучающемуся с ОВЗ, инвалиду с учетом их индивидуальных психофизических особенностей дается возможность пройти промежуточную аттестацию устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п., либо предоставляется дополнительное время для подготовки ответа.

## **8. Методические рекомендации для преподавателей по организации воспитательной работы с обучающимися.**

Методическое обеспечение процесса воспитания обучающихся выступает одним из определяющих факторов высокого качества образования. Преподаватель вуза, демонстрируя высокий профессионализм, эрудицию, четкую гражданскую позицию, самодисциплину, творческий подход в решении профессиональных задач, в ходе образовательного процесса способствует формированию гармоничной личности.

При реализации дисциплины преподаватель может использовать следующие методы воспитательной работы:

- методы формирования сознания личности (беседа, диспут, внушение, инструктаж, контроль, объяснение, пример, самоконтроль, рассказ, совет, убеждение и др.);

- методы организации деятельности и формирования опыта поведения (задание, общественное мнение, педагогическое требование, поручение, приучение, создание воспитывающих ситуаций, тренинг, упражнение, и др.);

- методы мотивации деятельности и поведения (одобрение, поощрение социальной активности, порицание, создание ситуаций успеха, создание ситуаций для эмоционально-нравственных переживаний, соревнование и др.)

При реализации дисциплины преподаватель должен учитывать следующие направления воспитательной деятельности:

*Гражданское и патриотическое воспитание:*

- формирование у обучающихся целостного мировоззрения, российской идентичности, уважения к своей семье, обществу, государству, принятым в семье и обществе духовно-нравственным и социокультурным ценностям, к национальному, культурному и историческому наследию, формирование стремления к его сохранению и развитию;

- формирование у обучающихся активной гражданской позиции, основанной на традиционных культурных, духовных и нравственных ценностях русского общества, для повышения способности ответственно реализовывать свои конституционные права и обязанности;

- развитие правовой и политической культуры обучающихся, расширение конструктивного участия в принятии решений, затрагивающих их права и интересы, в том числе в различных формах самоорганизации, самоуправления, общественно-значимой деятельности;

- формирование мотивов, нравственных и смысловых установок

личности, позволяющих противостоять экстремизму, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам, межэтнической и межконфессиональной нетерпимости, другим негативным социальным явлениям.

*Духовно-нравственное воспитание:*

- воспитание чувства достоинства, чести и честности, совестливости, уважения к родителям, учителям, людям старшего поколения;

- формирование принципов коллективизма и солидарности, духа милосердия и сострадания, привычки заботиться о людях, находящихся в трудной жизненной ситуации;

- формирование солидарности и чувства социальной ответственности по отношению к людям с ограниченными возможностями здоровья, преодоление психологических барьеров по отношению к людям с ограниченными возможностями;

- формирование эмоционально насыщенного и духовно возвышенного отношения к миру, способности и умения передавать другим свой эстетический опыт.

*Культурно-просветительское воспитание:*

- формирование эстетической картины мира;

- формирование уважения к культурным ценностям родного города, края, страны;

- повышение познавательной активности обучающихся.

*Научно-образовательное воспитание:*

- формирование у обучающихся научного мировоззрения;

- формирование умения получать знания;

- формирование навыков анализа и синтеза информации, в том числе в профессиональной области.

**Вносимые изменения и утверждения на 2025-2026 учебный год**

| № п/п | № раздела внесения изменений | Дата внесения изменений | Содержание изменений                                                                                                         | «Согласовано»<br>Зав. каф. реализующей дисциплину | «Согласовано»<br>председатель УМК<br>института<br>(факультета), в состав<br>которого входит<br>выпускающая кафедра) |
|-------|------------------------------|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1     | 2                            | 3                       | 4                                                                                                                            | 5                                                 | 6                                                                                                                   |
| 1     | 3.3                          | 27.05.2025г.            | Тема 1.6. Строевая подготовка                                                                                                | Васенков Н. В.                                    | Гибадуллин Р.Р.                                                                                                     |
| 2     | 4                            | 27.05.2025г.            | Знать научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни, основные положения общевоинских уставов ВС РФ | Васенков Н. В.                                    | Гибадуллин Р.Р.                                                                                                     |
| 3     | 4                            | 27.05.2025г.            | Уметь выполнять комплекс утренней зарядки, применять положения нормативно-правовых актов                                     | Васенков Н. В.                                    | Гибадуллин Р.Р.                                                                                                     |
| 4     | 4                            | 27.05.2025г.            | Владеть способами передвижения по пересечённой местности, строевыми приемами на месте и в движении                           | Васенков Н. В.                                    | Гибадуллин Р.Р.                                                                                                     |
| 5     | ОМ (1)                       | 27.05.2025г.            | 6. Строевая подготовка                                                                                                       | Васенков Н.                                       | Гибадуллин Р.Р.                                                                                                     |

|   |        |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                   |                 |
|---|--------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-----------------|
|   |        |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | В.                |                 |
| 6 | ОМ (2) | 27.05.2025г. | Знать научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни, основные положения общевоинских уставов ВС РФ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Васенков Н.<br>В. | Гибадуллин Р.Р. |
| 7 | ОМ (2) | 27.05.2025г. | Уметь выполнять комплекс утренней зарядки, применять положения нормативно-правовых актов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Васенков Н.<br>В. | Гибадуллин Р.Р. |
| 8 | ОМ (2) | 27.05.2025г. | Владеть способами передвижения по пересечённой местности, строевыми приемами на месте и в движении                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Васенков Н.<br>В. | Гибадуллин Р.Р. |
| 9 | ТК 3   | 27.05.2025г. | Дистанция в строю это:<br>-: установленное Уставом размещение военнослужащих<br>+: расстояние в глубину между военнослужащими (машинами), подразделениями и частями<br>-: расстояние по фронту между военнослужащими<br>По команде «ВОЛЬНО» разрешается:<br>-: расслабить внимание, разговаривать в строю, снять головной убор и снаряжение<br>-: выйти из строя, снять оружие с плеча и присесть на землю<br>+: стать свободно, но не сходить с места, не ослаблять внимания и не разговаривать | Васенков Н.<br>В. | Гибадуллин Р.Р. |



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение высшего образования  
«КАЗАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ» (ФГБОУ ВО «КГУУ»)

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**  
**по дисциплине**

Б1.О.07 Физическая культура и спорт

Направление  
подготовки

13.03.01 Теплоэнергетика и теплотехника

Квалификация

– Бакалавр –



## 2. Оценочные материалы текущего контроля и промежуточной аттестации

Шкала оценки результатов обучения по дисциплине:

| Код компетенции | Код индикатора компетенции | Запланированные результаты обучения по дисциплине                                                                            | Уровень сформированности индикатора компетенции                                                                  |                                                                                                                 |                                                                                                                            |                                                                                                                               |
|-----------------|----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                 |                            |                                                                                                                              | Высокий                                                                                                          | Средний                                                                                                         | Ниже среднего                                                                                                              | Низкий                                                                                                                        |
|                 |                            |                                                                                                                              | от 85 до 100                                                                                                     | от 70 до 84                                                                                                     | от 55 до 69                                                                                                                | от 0 до 54                                                                                                                    |
|                 |                            |                                                                                                                              | Шкала оценивания                                                                                                 |                                                                                                                 |                                                                                                                            |                                                                                                                               |
|                 |                            |                                                                                                                              | отлично                                                                                                          | хорошо                                                                                                          | удовлетворительно                                                                                                          | неудовлетворительно                                                                                                           |
|                 |                            |                                                                                                                              | зачтено                                                                                                          |                                                                                                                 |                                                                                                                            | не зачтено                                                                                                                    |
| УК-6            | УК-6.1                     | знать:                                                                                                                       |                                                                                                                  |                                                                                                                 |                                                                                                                            |                                                                                                                               |
|                 |                            | Знать научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни, основные положения общевоинских уставов ВС РФ | отлично знает основы физической культуры и здорового образа жизни, основные положения общевоинских уставов ВС РФ | хорошо знает основы физической культуры и здорового образа жизни, основные положения общевоинских уставов ВС РФ | удовлетворительно знает основы физической культуры и здорового образа жизни, основные положения общевоинских уставов ВС РФ | плохо знает основы физической культуры и здорового образа жизни, основные положения общевоинских уставов ВС РФ                |
|                 |                            | уметь:                                                                                                                       |                                                                                                                  |                                                                                                                 |                                                                                                                            |                                                                                                                               |
|                 |                            | Уметь выполнять комплекс утренней зарядки, применять положения нормативно-правовых актов                                     | без ошибок выполняет комплекс утренней зарядки, применять положения нормативно-правовых актов                    | выполняет комплекс утренней зарядки с незначительными ошибками, применять положения нормативно-правовых актов   | выполняет комплекс утренней зарядки с одной значительной ошибкой, применять положения нормативно-правовых актов            | выполняет комплекс утренней зарядки с двумя значительными ошибками, неуверенно, применять положения нормативно-правовых актов |
|                 |                            | владеть:                                                                                                                     |                                                                                                                  |                                                                                                                 |                                                                                                                            |                                                                                                                               |
|                 |                            | Владеть способами передвижения по пересечённой местности, строевыми приемами на месте и в движении                           | отлично владеет способам и передвижения по пересечённой местности строевыми приемами на месте и в движении       | хорошо владеет способам и передвижения по пересечённой местности строевыми приемами на месте и в движении       | неуверенно владеет способам и передвижения по пересечённой местности строевыми приемами на месте и в движении              | плохо владеет способам и передвижения по пересечённой местности строевыми приемами на месте и в движении                      |
|                 |                            | знать:                                                                                                                       |                                                                                                                  |                                                                                                                 |                                                                                                                            |                                                                                                                               |

|          |                  |                                                                             |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                               |                                                                                               |
|----------|------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-7     | УК-7.1<br>УК-7.2 | Знать методические принципы составления комплексов физкультурных упражнений | отлично знает методические принципы составления комплексов физкультурных упражнений | хорошо знает методические принципы составления комплексов физкультурных упражнений  | удовлетворительно знает методические принципы составления комплексов физкультурных упражнений | Плохо знает методические принципы составления комплексов физкультурных упражнений             |
| уметь:   |                  |                                                                             |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                               |                                                                                               |
|          |                  | Уметь выполнять комплекс физкультурных упражнений                           | выполняет комплекс физкультурных упражнений без ошибок                              | выполняет комплекс физкультурных упражнений с одной незначительной ошибкой          | выполняет комплекс физкультурных упражнений с одной значительной ошибкой                      | выполняет комплекс физкультурных упражнений с двумя значительными ошибками, неуверенно        |
| владеть: |                  |                                                                             |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                               |                                                                                               |
|          |                  | Владеть навыками проведения комплекса физкультурных упражнений              | уверенно, без ошибок проводит комплекс физкультурных упражнений с группой           | с одной незначительной ошибкой проводит комплекс физкультурных упражнений с группой | с двумя незначительными ошибками проводит комплекс физкультурных упражнений с группой         | неуверенно, с одной значительной ошибкой проводит комплекс физкультурных упражнений с группой |

### 3. Перечень оценочных средств

Краткая характеристика оценочных средств, используемых при текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающегося по дисциплине:

| Наименование оценочного средства | Краткая характеристика оценочного средства                                                                                | Описание оценочного средства |
|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| Тест (Тест)                      | Система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающегося | Комплект тестовых заданий    |

### 4. Перечень контрольных заданий или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения дисциплины

Для текущего контроля ТК1:

Проверяемая компетенция: УК-6.1, УК-7.1, УК-7.2

| Наименование оценочного средства | Краткая характеристика оценочного средства | Оценочные материалы |
|----------------------------------|--------------------------------------------|---------------------|
|----------------------------------|--------------------------------------------|---------------------|

|             |                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Тест (Тест) | Проверка теоретической подготовленности студентов оценивается путём тестирования | <p>1. Какое из понятий является наиболее емким (включающим все остальные):<br/> а — спорт;<br/> б — система физического воспитания; в — физическая культура.<br/> Состояние организма, характеризующееся прогрессивными функциональными изменениями, произошедшими под влиянием повторения двигательных действий, обозначается как:<br/> а — развитие;<br/> б — закаленность;<br/> в — тренированность;<br/> г — подготовленность.</p> <p>3. Совокупность упражнений, приемов и методов, направленных на обучение двигательными и другим умениям и навыкам, а также их дальнейшее совершенствование обозначается как:<br/> а — тренировка;<br/> б — методика;<br/> в — система знаний;<br/> г — педагогическое воздействие.</p> <p>4. Где проводились древнегреческие Олимпийские игры:<br/> а — в Олимпии;<br/> б — в Спарте;<br/> в — в Афинах.</p> <p>5. Олимпийские игры (летние или зимние) проводятся через каждые:<br/> а — 5 лет;<br/> б — 4 года;<br/> в — 2 года;<br/> г — 3 года.</p> <p>6. При физической работе в душном помещении или одежде, которая плохо пропускает воздух, может возникнуть:<br/> а — ожог;<br/> б — тепловой удар;<br/> в — перегревание;<br/> г — солнечный удар.</p> <p>7. Рациональное питание обеспечивает:<br/> а — правильный рост и формирование организма;<br/> б — сохранение здоровья;<br/> в — высокую работоспособность и продление жизни;<br/> г — все перечисленное.</p> <p>8. Что понимается под закаливанием:<br/> а — посещение бани, сауны;<br/> б — повышение устойчивости организма к воздействию неблагоприятных условий окружающей среды;<br/> в — купание, принятие воздушных и солнечных ванн в летнее время;<br/> г — укрепление здоровья.</p> <p>9. Назовите основные факторы риска в образе жизни людей:</p> |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | <p>а —малая двигательная активность (гипокинезия), психологические стрессы;</p> <p>б — нарушение в питании, переедание, алкоголизм, наркомания, курение;</p> <p>в — все перечисленное.</p> <p>10. Какими показателями характеризуется физическое развитие:</p> <p>а — антропометрическими показателями;</p> <p>б — ростовесовыми показателями, физической подготовленностью;</p> <p>в — телосложением, развитием физических качеств, состоянием здоровья.</p> |
|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### Для текущего контроля ТК2:

Проверяемая компетенция: УК-6.1, УК-7.1, УК-7.2

| Наименование оценочного средства                | Тест                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Представление и содержание оценочных материалов | <p>Под физической культурой понимается:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-: педагогический процесс по физическому совершенствованию человека;</li> <li>-: регулярные занятия физическими упражнениями, закаливание организма;</li> <li>+: достижения общества, отражающие физическое и духовное развитие человека.</li> </ul> <p>Какое из понятий является наиболее емким (включающим все остальные):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-: спорт;</li> <li>-: система физического воспитания;</li> <li>+: физическая культура.</li> </ul> <p>Процесс, направленный на разностороннее воспитание физических качеств человека, обеспечивающий формирование с детского возраста физически крепкого молодого поколения с гармоничным развитием, называется:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>+: общей физической подготовкой;</li> <li>-: специальной физической подготовкой;</li> <li>-: гармонической физической подготовкой;</li> <li>-: прикладной физической подготовкой.</li> </ul> <p>Состояние организма, характеризующееся прогрессивными функциональными изменениями, произошедшими под влиянием повторения двигательных действий, обозначается как:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>+: развитие;</li> <li>-: закаленность;</li> <li>-: тренированность;</li> <li>-: подготовленность.</li> </ul> |
| Критерии оценки и шкала оценивания в баллах     | За каждый правильный ответ студент получает 2 балла                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

### Для текущего контроля ТК3:

Проверяемая компетенция: УК-6.1, УК-7.1, УК-7.2

| Наименование оценочного средства     | Тест                                                                                                                      |
|--------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Представление и содержание оценочных | Совокупность упражнений, приемов и методов, направленных на обучение двигательными и другим умениям и навыкам, а также их |

|                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| материалов                                  | <p>дальнейшее совершенствование обозначается как:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-: тренировка;</li> <li>+: методика;</li> <li>-: система знаний;</li> <li>-: педагогическое воздействие.</li> </ul> <p>Какая страна является родиной Олимпийских игр:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-: Рим;</li> <li>-: Китай;</li> <li>+: Греция;</li> <li>-: Египет.</li> </ul> <p>Где проводились древнегреческие Олимпийские игры:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>+: в Олимпии;</li> <li>-: в Спарте;</li> <li>-: в Афинах.</li> </ul> <p>Почему античные Олимпийские игры называли праздниками мира:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-: они имели мировую известность;</li> <li>-: в них принимали участие атлеты со всего мира;</li> <li>+: в период проведения игр прекращались войны;</li> <li>-: они отличались миролюбивым характером соревнований.</li> </ul> <p>Олимпийские игры (летние или зимние) проводятся через каждые:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-: 5 лет;</li> <li>+: 4 года;</li> <li>-: 2 года;</li> <li>-: 3 года.</li> </ul> <p>Дистанция в строю это:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-: установленное Уставом размещение военнослужащих</li> <li>+: расстояние в глубину между военнослужащими (машинами), подразделениями и частями</li> <li>-: расстояние по фронту между военнослужащими</li> </ul> <p>По команде «ВОЛЬНО» разрешается:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-: расслабить внимание, разговаривать в строю, снять головной убор и снаряжение</li> <li>-: выйти из строя, снять оружие с плеча и присесть на землю</li> <li>+: стать свободно, но не сходить с места, не ослаблять внимания и не разговаривать</li> </ul> |
| Критерии оценки и шкала оценивания в баллах | За каждый правильный ответ студент получает 2 балла                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |