

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о подписи:

ФИО: Комарова Светлана Юриевна

Должность: Проректор по образовательной деятельности

Дата подписания: 02.07.2025 08:51:06

Уникальный программный ключ:

43ba42f5deae4116bb1cb9ac98e59108051227e81add207cbee4149f2098d7a

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Омский государственный аграрный университет имени П.А. Столыпина»**

**ОПОП по направлениям подготовки**

- 05.03.06 Экология и природопользование**
- 09.03.02 Информационные системы и технологии**
- 19.03.01 Биотехнология**
- 19.03.02 Продукты питания из растительного сырья**
- 19.03.03 Продукты питания животного происхождения**
- 20.03.01 Техносферная безопасность**
- 20.03.02 Природообустройство и водопользование**
- 21.03.02 Землеустройство и кадастры**
- 21.03.03 Геодезия и дистанционное зондирование**
- 21.05.01 Прикладная геодезия**
- 23.03.03 Эксплуатация транспортно-технологических машин и комплексов**
- 27.03.01 Стандартизация и метрология**
- 35.03.01 Лесное дело**
- 35.03.03 Агрохимия и агропочвоведение**
- 35.03.04 Агрономия**
- 35.03.05 Садоводство**
- 35.03.06 Агроинженерия**
- 35.03.11 Гидромелиорация**
- 36.03.01 Ветеринарно-санитарная экспертиза**
- 36.03.02 Зоотехния**
- 36.05.01 Ветеринария**
- 38.03.01 Экономика**
- 38.03.02 Менеджмент**
- 40.03.01 Юриспруденция**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
дисциплины**

**Физическая культура и спорт**

**Омск 2025**

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Омский государственный аграрный университет имени П.А. Столыпина»

УТВЕРЖДАЮ

Начальник УМУ

 И.Т. Надеева

«18» июля 2025 г.

**Направления подготовки**

|                                                   |                                                                      |                                            |
|---------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| 05.03.06 Экология и природопользование            | 21.03.03 Геодезия и дистанционное зондирование                       | 35.03.06 Агроинженерия                     |
| 09.03.02 Информационные системы и технологии      | 21.05.01 Прикладная геодезия                                         | 35.03.11 Гидромелиорация                   |
| 19.03.01 Биотехнология                            | 23.03.03 Эксплуатация транспортно-технологических машин и комплексов | 36.03.01 Ветеринарно-санитарная экспертиза |
| 19.03.02 Продукты питания из растительного сырья  | 27.03.01 Стандартизация и метрология                                 | 36.03.02 Зоотехния                         |
| 19.03.03 Продукты питания животного происхождения | 35.03.01 Лесное дело                                                 | 36.05.01 Ветеринария                       |
| 20.03.01 Техносферная безопасность                | 35.03.03 Агрохимия и агропочвоведение                                | 38.03.01 Экономика                         |
| 20.03.02 Природообустройство и водопользование    | 35.03.04 Агрономия                                                   | 38.03.02 Менеджмент                        |
| 21.03.02 Землеустройство и кадастры               | 35.03.05 Садоводство                                                 | 40.03.01 Юриспруденция                     |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
дисциплины  
Физическая культура и спорт**

Обеспечивающая преподавание дисциплины  
кафедра – физической культуры и спорта

Разработчик РП:  
канд.пед.наук, доцент

 Л.П. Пягай

Внутренние эксперты:

Председатель МК,  
канд.экон.наук, доцент

 М.В. Васюкова

Начальник управления информационных технологий

 П.И. Ревякин

Заведующий методическим отделом УМУ  
Директор НСХБ

 Г.А. Горелкина  
 И.М. Демчукова

Омск 2025

## **1. ОСНОВАНИЯ ДЛЯ ВВЕДЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ЕЕ СТАТУС**

### **1.1 Основания для введения дисциплины в учебный план:**

- Федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования: ФГОС 05.03.06 Экология и природопользование, утвержденный приказом Министерства науки и высшего образования РФ № 894 от 07.08.2020; ФГОС 09.03.02 Информационные системы и технологии, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ № 926 от 19.09.2017; ФГОС 19.03.01 Биотехнология, утвержденный приказом Министерства науки и высшего образования РФ № 736 от 10.08.2021; ФГОС 19.03.02 Продукты питания из растительного сырья, утвержденный приказом Министерства науки и высшего образования РФ № 1041 от 17.08.2020; ФГОС 19.03.03 Продукты питания животного происхождения, утвержденный приказом Министерства науки и высшего образования РФ № 936 от 11.08.2020; ФГОС 20.03.01 Техносферная безопасность, утвержденный приказом Министерства науки и высшего образования РФ № 680 от 25.05.2020; ФГОС 20.03.02 Природообустройство и водопользование, утвержденный приказом Министерства науки и высшего образования РФ № 685 от 26.05.2020; ФГОС 21.03.02 Землеустройство и кадастры, утвержденный приказом Министерства науки и высшего образования РФ № 978 от 12.08.2020; ФГОС 21.03.03 Геодезия и дистанционное зондирование, утвержденный приказом Министерства науки и высшего образования РФ № 972 от 12.08.2020; ФГОС 21.05.01 Прикладная геодезия, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ № 1011 от 13.08.2020; ФГОС 23.03.03 Эксплуатация транспортно-технологических машин и комплексов, утвержденный приказом Министерства науки и высшего образования РФ № 916 от 07.08.2020; ФГОС 27.03.01 Стандартизация и метрология, утвержденный приказом Министерства науки и высшего образования РФ № 901 от 07.08.2020; ФГОС 35.03.01 Лесное дело, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ № 706 от 26.07.2017; ФГОС 35.03.03 Агрохимия и агропочвоведение, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ № 702 от 26.07.2017; ФГОС 35.03.04 Агрономия, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ № 699 от 26.07.2017; ФГОС 35.03.05 Садоводство, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ № 737 от 01.08.2017; ФГОС 35.03.06 Агроинженерия, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ № 813 от 23.08.2017; ФГОС 35.03.11 Гидромелиорация, утвержденный приказом Министерства науки и высшего образования РФ № 1049 от 17.08.2020; ФГОС 36.03.01 Ветеринарно-санитарная экспертиза, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ № 939 от 19.09.2017; ФГОС 36.03.02 Зоотехния, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ № 972 от 22.09.2017; ФГОС 36.05.01 Ветеринария, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ № 974 от 22.09.2017; ФГОС 38.03.01 Экономика, утвержденный приказом Министерства науки и высшего образования РФ № 954 от 12.08.2020; ФГОС 38.03.02 Менеджмент, утвержденный приказом Министерства науки и высшего образования РФ № 970 от 12.08.2020; ФГОС 40.03.01 Юриспруденция, утвержденный приказом Министерства науки и высшего образования РФ № 1011 от 13.08.2020.

- Основные профессиональные образовательные программы, по направлениям подготовки:

05.03.06 Экология и природопользование, 09.03.02 Информационные системы и технологии, 19.03.01 Биотехнология; 19.03.02 Продукты питания из растительного сырья, 19.03.03 Продукты питания животного происхождения, 20.03.01 Техносферная безопасность, 20.03.02 Природообустройство и водопользование, 21.03.02 Землеустройство и кадастры, 21.03.03 Геодезия и дистанционное зондирование, 21.05.01 Прикладная геодезия, 23.03.03 Эксплуатация транспортно-технологических машин и комплексов, 27.03.01 Стандартизация и метрология, 35.03.01 Лесное дело, 35.03.03 Агрохимия и агропочвоведение, 35.03.04 Агрономия, 35.03.05 Садоводство, 35.03.06 Агроинженерия, 35.03.11 Гидромелиорация, 36.03.01 Ветеринарно-санитарная экспертиза, 36.03.02 Зоотехния, 36.05.01 Ветеринария, 38.03.01 Экономика, 38.03.02 Менеджмент, 40.03.01 Юриспруденция.

### **1.2 Статус дисциплины в учебном плане:**

- относится к обязательной части блока 1 «Дисциплины» ОПОП.
- является дисциплиной обязательной для изучения<sup>1</sup>.

**1.3** В рабочую программу дисциплины в установленном порядке могут быть внесены изменения и дополнения, осуществляемые в рамках планового ежегодного и ситуативного совершенствования, которые отражаются в п. 9 рабочей программы.

---

<sup>1</sup> В случае если дисциплина является дисциплиной по выбору обучающегося, то пишется следующий текст:

- относится к дисциплинам по выбору;  
- является обязательной для изучения, если выбрана обучающимся.

## **2. ЦЕЛЕВАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ И ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ. ЛОГИЧЕСКИЕ И СОДЕРЖАТЕЛЬНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ ДИСЦИПЛИНЫ С ДРУГИМИ ДИСЦИПЛИНАМИ И ПРАКТИКАМИ В СОСТАВЕ ОПОП**

**2.1** Процесс изучения дисциплины в целом направлен на подготовку обучающегося к решению задач профессиональной деятельности типов, предусмотренных федеральными государственными образовательными стандартами высшего образования (ФГОС ВО) по направлению подготовки, а также ОПОП ВО университета, в рамках которых преподаётся данная дисциплина.

**Цель дисциплины:** формирование социально-личностных компетенций обучающихся, обеспечивающих рациональное использование соответствующих средств и методов физической культуры и спорта для сохранения, укрепления здоровья и подготовки к профессиональной деятельности

## 2.2 Перечень компетенций формируемых в результате освоения учебной дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

| Направление подготовки | Компетенции, в формировании которых задействована дисциплина |                                                                                                                                          | Код и наименование индикатора достижений компетенции                                                                                                                                        | Компоненты компетенций, формируемые в рамках данной дисциплины (как ожидаемый результат ее освоения)                     |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                  |
|------------------------|--------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                        | код                                                          | наименование                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                             | знать и понимать                                                                                                         | уметь делать (действовать)                                                                                                                                                          | владеть навыками (иметь навыки)                                                                                                                  |
| 1                      | 2                                                            |                                                                                                                                          | 3                                                                                                                                                                                           | 4                                                                                                                        | 5                                                                                                                                                                                   | 6                                                                                                                                                |
|                        | <b>Универсальные компетенции</b>                             |                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                  |
| Все направления        | УК-7                                                         | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | ИД-1 Обеспечивает должный уровень физического развития для полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни                                  | основы организации физкультурно-спортивной деятельности, факторы, определяющие здоровый образ жизни                      | самостоятельно поддерживать и развивать основные физические качества в процессе занятий физическими упражнениями, определять режимы двигательной активности для укрепления здоровья | исследования и оценки физического развития и работоспособности организма, здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма |
|                        |                                                              |                                                                                                                                          | ИД-2 Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности. | влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний. | оценивать объем и интенсивность физической нагрузки с учетом возраста и состояния здоровья                                                                                          | применять здоровьесберегающие технологии для поддержания профессионально-прикладных навыков                                                      |

### 2.3 Описание показателей, критериев и шкал оценивания и этапов формирования компетенций в рамках дисциплины

| Индекс и название компетенции | Код индикатора достижений компетенции | Индикаторы компетенции            | Показатель оценивания – знания, умения, навыки (владения)                                                                                                                          | Уровни сформированности компетенций                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |         |         | Формы и средства контроля формирования компетенций                                                                                 |
|-------------------------------|---------------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                               |                                       |                                   |                                                                                                                                                                                    | компетенция не сформирована                                                                                                                                                               | минимальный                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | средний | высокий |                                                                                                                                    |
|                               |                                       |                                   |                                                                                                                                                                                    | Оценки сформированности компетенций                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |         |         |                                                                                                                                    |
|                               |                                       |                                   |                                                                                                                                                                                    | Не зачтено                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Зачтено |         |                                                                                                                                    |
|                               |                                       |                                   |                                                                                                                                                                                    | Характеристика сформированности компетенции                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |         |         |                                                                                                                                    |
|                               |                                       |                                   | Показатель оценивания – знания, умения, навыки (владения)                                                                                                                          | Компетенция в полной мере не сформирована. Имеющихся знаний, умений и навыков недостаточно для решения практических (профессиональных) задач                                              | 1. Сформированность компетенции соответствует минимальным требованиям. Имеющихся знаний, умений, навыков в целом достаточно для решения практических (профессиональных) задач.<br>2. Сформированность компетенции в целом соответствует требованиям. Имеющихся знаний, умений, навыков и мотивации в целом достаточно для решения стандартных практических (профессиональных) задач.<br>3. Сформированность компетенции полностью соответствует требованиям. Имеющихся знаний, умений, навыков и мотивации в полной мере достаточно для решения сложных практических (профессиональных) задач. |         |         |                                                                                                                                    |
| Критерии оценивания           |                                       |                                   |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |         |         |                                                                                                                                    |
| УК-7                          | ИД-1 <sub>УК-7</sub>                  | Полнота знаний                    | Знает и понимает ценности физической культуры и спорта; значение физической культуры в жизнедеятельности человека; культурное, историческое наследие в области физической культуры | Не понимает ценности физической культуры и спорта; не понимает значение физической культуры в жизнедеятельности человека; культурное, историческое наследие в области физической культуры | 1. Частично понимает ценности физической культуры и спорта и значение физической культуры в жизнедеятельности человека.<br><br>2. Имеет представление о ценностях физической культуры и спорта, значения занятий физической культурой в жизнедеятельности человека; имеет представление о культурном, историческом наследии в области физической культуры.<br><br>3. Понимает ценности физической культуры и спорта; значение физической культуры в жизнедеятельности человека; полностью осознает культурное, историческое наследие в области физической культуры.                            |         |         | Опрос<br><br>Расчетно-аналитическая работа<br><br>Контрольная работа для очно-заочной, заочной формы обучения<br><br>Итоговый тест |
|                               |                                       | Наличие умений                    | Способен оценить современное состояние физической культуры и спорта в мире; придерживаться здорового образа жизни                                                                  | Не способен оценить современное состояние физической культуры и спорта в мире. Придерживаться здорового образа жизни                                                                      | 1. Имеет представление о современном состоянии физической культуры и спорта в мире.<br>2. Частично способен оценить современное состояние физической культуры и спорта в мире. Имеет представление о здоровом образе жизни.<br>3. Способен полностью оценить современное состояние физической культуры и спорта в мире. Способен придерживаться здорового образа жизни                                                                                                                                                                                                                         |         |         |                                                                                                                                    |
|                               |                                       | Наличие навыков (владение опытом) | Способен систематически заниматься физическими упражнениями, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья                                                                       | Не понимает роль систематических занятий физическими упражнениями, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья                                                                        | 1. Имеет представление о систематических занятиях физическими упражнениями, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья.<br>2. Владеет навыками систематических занятий физическими упражнениями, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья<br>3. Способен систематически заниматься физическими упражнениями, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья                                                                                                                                                                                                                       |         |         |                                                                                                                                    |

|  |                      |                                   |                                                                                                  |                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                    |
|--|----------------------|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | ИД-2 <sub>УК-7</sub> | Полнота знаний                    | Знает способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности               | Не знает способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности               | 1. Имеет представление о способах контроля и оценки физического развития и физической подготовленности.<br>2. Знает несколько методов контроля и оценки физического развития и физической подготовленности.<br>3. Знает методы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности.                                         | Опрос<br><br>Расчетно-аналитическая работа<br><br>Контрольная работа для очно-заочной, заочной формы обучения<br><br>Итоговый тест |
|  |                      | Наличие умений                    | Умеет осуществлять подбор необходимых прикладных физических упражнений                           | Не умеет осуществлять подбор необходимых прикладных физических упражнений                           | 1. Имеет представление о составлении комплекса необходимых прикладных физических упражнений.<br>2. Частично владеет подбором необходимых прикладных физических упражнений.<br>3. Умеет самостоятельно составлять комплекс необходимых прикладных физических упражнений.                                                                      |                                                                                                                                    |
|  |                      | Наличие навыков (владение опытом) | Владеет методами самодиагностики и самооценки физического развития и физической подготовленности | Не владеет методами самодиагностики и самооценки физического развития и физической подготовленности | 1. Имеет представление о методах самодиагностики и самооценки физического развития и физической подготовленности.<br>2. Частично владеет методами самодиагностики и самооценки физического развития и физической подготовленности.<br>3. Способен выполнить самодиагностику и самооценку физического развития и физической подготовленности. |                                                                                                                                    |

## 2.4 Логические и содержательные взаимосвязи дисциплины с другими дисциплинами и практиками в составе ОПОП

| Дисциплины, практики*, на которые опирается содержание данной дисциплины |                                                                                                                                                                                                               | Индекс и наименование дисциплин, практик, для которых содержание данной дисциплины выступает основой | Индекс и наименование дисциплин, практик, с которыми данная дисциплина осваивается параллельно в ходе одного семестра |
|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Индекс и наименование                                                    | Перечень требований, сформированных в ходе изучения предшествующих (в модальности «знать и понимать», «уметь делать», «владеть навыками»)                                                                     |                                                                                                      |                                                                                                                       |
| Физическая культура (школьный курс)                                      | Знания о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни; навыки и умения в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности | -                                                                                                    | Элективные курсы по физической культуре и спорту                                                                      |

\* - для некоторых дисциплин первого года обучения целесообразно указать на взаимосвязь с предшествующей подготовкой обучающихся в старшей школе

## 2.5 Формы методических взаимосвязей дисциплины с другими дисциплинами и практиками в составе ОПОП

В рамках методической работы применяются следующие формы методических взаимосвязей:

- учёт содержания предшествующих дисциплин при формировании рабочей программы последующей дисциплины;
- согласование рабочей программы предшествующей дисциплины ведущим преподавателем последующей дисциплины;
- совместное обсуждение ведущими преподавателями предшествующей и последующей дисциплин результатов входного тестирования по последующей дисциплине;
- участие ведущего преподавателя последующей дисциплины в процедуре приёма зачета по предыдущей.

## 2.6 Социально-воспитательный компонент дисциплины

В условиях созданной вузом социокультурной среды в результате изучения дисциплины: формируются мировоззрение и ценностные ориентации обучающихся; интеллектуальные умения, научное мышление; способность использовать полученные ранее знания, умения, навыки, развитие творческих начал.

Воспитательные задачи реализуются в процессе общения преподавателя с обучающимися, в использовании активных методов обучения, побуждающих обучающихся проявить себя в совместной деятельности, принять оценочное решение. Коллективные виды деятельности способствуют приобретению навыков работы в коллективе, умения управления коллективом. Самостоятельная работа способствует выработке у обучающихся способности принимать решение и навыков самоконтроля.

Через связь с НИРС, осуществляемой во внеучебное время, социально-воспитательный компонент ориентирован на:

- 1) адаптацию и встраивание обучающихся в общественную жизнь ВУЗа, укрепление межличностных связей и уверенности в правильности выбранной профессии;
- 2) проведение систематической и целенаправленной профориентационной работы, формирование творческого, сознательного отношения к труду;
- 3) формирование общекультурных компетенций, укрепление личных и групповых ценностей, общественных ценностей, ценности непрерывного образования;
- 4) гражданско-правовое воспитание личности;
- 5) патриотическое воспитание обучающихся, формирование модели профессиональной этики, культуры экономического мышления, делового общения.

Объединение элементов образовательной и воспитательной составляющей дисциплины способствует формированию общекультурных компетенций выпускников, компетенций социального взаимодействия, самоорганизации и самоуправления, системно-деятельностного характера, создает условия, необходимые для всестороннего развития личности.

### 3. СТРУКТУРА И ТРУДОЕМКОСТЬ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина изучается в 1 семестре 1 курса.

| Вид учебной работы                                                                                                                                                                      | Трудоемкость, час       |           |                                      |           |               |           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------|--------------------------------------|-----------|---------------|-----------|
|                                                                                                                                                                                         | семестр, курс*          |           |                                      |           |               |           |
|                                                                                                                                                                                         | Очная форма             |           | Очно-заочная форма с применением ДОТ |           | Заочная форма |           |
|                                                                                                                                                                                         | 1 сем.                  | 2 сем.    | 1 сем.                               | 2 сем.    | 1 курс        | 2 курс    |
| <b>1. Контактная работа</b>                                                                                                                                                             |                         |           |                                      |           |               |           |
| <b>1.1. Аудиторные занятия, всего</b>                                                                                                                                                   | <b>8</b>                | <b>-</b>  | <b>4/2</b>                           | <b>-</b>  | <b>-</b>      | <b>-</b>  |
| - лекции                                                                                                                                                                                | 4                       | -         | 0/2                                  | -         | -             | -         |
| - практические занятия (включая семинары)                                                                                                                                               | 4                       | -         | 2                                    | -         | 4             | -         |
| - лабораторные работы                                                                                                                                                                   | -                       | -         | -                                    | -         | -             | -         |
| <b>1.2. Консультации (в соответствии с учебным планом)</b>                                                                                                                              | <b>-</b>                | <b>-</b>  | <b>-</b>                             | <b>-</b>  | <b>-</b>      | <b>-</b>  |
| <b>2. Внеаудиторная академическая работа</b>                                                                                                                                            | <b>64</b>               |           | <b>68</b>                            |           | <b>68</b>     |           |
| <b>2.1 Фиксированные виды внеаудиторных самостоятельных работ:</b>                                                                                                                      | <b>6</b>                | <b>-</b>  | <b>6</b>                             | <b>-</b>  | <b>6</b>      | <b>-</b>  |
| Выполнение и сдача/защита индивидуального/группового задания в виде**                                                                                                                   |                         |           |                                      |           |               |           |
| - расчетно-аналитических работ                                                                                                                                                          | 6                       | -         | -                                    | -         | -             | -         |
| - контрольная работа                                                                                                                                                                    | -                       | -         | 6                                    | -         | 6             | -         |
| <b>2.2 Самостоятельное изучение тем/вопросов программы</b>                                                                                                                              | <b>40</b>               | <b>-</b>  | <b>44</b>                            | <b>-</b>  | <b>48</b>     | <b>-</b>  |
| <b>2.3 Самоподготовка к аудиторным занятиям</b>                                                                                                                                         | <b>4</b>                | <b>-</b>  | <b>4</b>                             | <b>-</b>  | <b>-</b>      | <b>-</b>  |
| <b>2.4 Самоподготовка к участию и участие в контрольно-оценочных мероприятиях, проводимых в рамках текущего контроля освоения дисциплины (за исключением учтённых в пп. 2.1 – 2.2):</b> | <b>14</b>               | <b>-</b>  | <b>14</b>                            |           | <b>14</b>     |           |
| <b>3. Получение зачёта по итогам освоения дисциплины</b>                                                                                                                                |                         |           |                                      |           |               |           |
| <b>ОБЩАЯ трудоемкость дисциплины:</b>                                                                                                                                                   | <b>Часы</b>             | <b>72</b> | <b>-</b>                             | <b>72</b> | <b>-</b>      | <b>72</b> |
|                                                                                                                                                                                         | <b>Зачетные единицы</b> | <b>2</b>  | <b>-</b>                             | <b>2</b>  | <b>-</b>      | <b>-</b>  |

Примечание:

\* – **семестр** – для очной и очно-заочной формы обучения, **курс** – для заочной формы обучения;

\*\* – КР/КП, реферата/эссе/презентации, контрольной работы (для обучающихся заочной формы обучения), расчетно-графической (расчетно-аналитической) работы и др.;

#### 4. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

##### 4.1 Укрупненная содержательная структура дисциплины и общая схема ее реализации в учебном процессе

| Номер и наименование<br>раздела дисциплины.<br>Укрупненные темы раздела |                                                                                                                                                    | общая | Трудоемкость раздела и ее распределение по<br>видам учебной работы, час. |        |         |                                                      |                             |              | формы текущего<br>контроля успеваемости и<br>промежуточной<br>аттестации | №№ компетенций, на<br>формирование которых<br>ориентирован раздел |       |
|-------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|--------------------------------------------------------------------------|--------|---------|------------------------------------------------------|-----------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-------|
|                                                                         |                                                                                                                                                    |       | Контактная работа                                                        |        |         |                                                      |                             | ВАРС         |                                                                          |                                                                   |       |
|                                                                         |                                                                                                                                                    |       | Аудиторная работа                                                        |        |         | Консультации (в<br>соответствии с<br>учебным планом) |                             |              |                                                                          |                                                                   |       |
|                                                                         |                                                                                                                                                    |       | всего                                                                    | лекции | занятия |                                                      | практические<br>(всех форм) | лабораторные |                                                                          |                                                                   | всего |
|                                                                         |                                                                                                                                                    |       |                                                                          |        |         |                                                      |                             |              |                                                                          |                                                                   |       |
|                                                                         |                                                                                                                                                    | 2     | 3                                                                        | 4      | 5       | 6                                                    | 7                           | 8            | 9                                                                        | 10                                                                | 11    |
| Очная форма обучения                                                    |                                                                                                                                                    |       |                                                                          |        |         |                                                      |                             |              |                                                                          |                                                                   |       |
| 1                                                                       | 1. Теоретические основы<br>физической культуры и спорта                                                                                            |       |                                                                          |        |         | -                                                    | -                           |              |                                                                          |                                                                   |       |
|                                                                         | 1.1 Физическая культура и спорт в<br>профессиональной подготовке<br>выпускников вузов                                                              | 8     | 2                                                                        | 2      | -       | -                                                    | -                           | 6            | -                                                                        | Тест                                                              | УК 7  |
|                                                                         | 1.2. Анатомо-морфологическое<br>строение и основные<br>физиологические функции<br>организма, обеспечивающие<br>двигательную активность<br>человека | 8     | 2                                                                        | 2      | -       | -                                                    | -                           | 6            | -                                                                        |                                                                   |       |
|                                                                         | 1.3. Общая и специальная<br>физическая подготовка<br>обучающихся в образовательном<br>процессе                                                     | 8     | -                                                                        | -      | -       | -                                                    | -                           | 8            | -                                                                        |                                                                   |       |
|                                                                         | 1.4. Спортивная подготовка<br>обучающихся в образовательном<br>процессе                                                                            | 8     | -                                                                        | -      | -       | -                                                    | -                           | 8            | -                                                                        |                                                                   |       |
| 2                                                                       | 2. Исследование и оценка<br>организма занимающихся<br>физической культурой и<br>спортом                                                            |       |                                                                          |        |         |                                                      |                             |              |                                                                          |                                                                   |       |
|                                                                         | 2.1 Исследование и оценка<br>физического развития и<br>физической подготовленности                                                                 | 20    | 2                                                                        | -      | 2       | -                                                    | -                           | 18           | 6                                                                        | Опрос,<br>Расчетно-<br>аналитиче<br>ская<br>работа                | УК 7  |
|                                                                         | 2.2. Исследование и оценка<br>функционального состояния<br>сердечно-сосудистой и<br>дыхательной систем при<br>физических нагрузках                 | 20    | 2                                                                        | -      | 2       | -                                                    | -                           | 18           |                                                                          | Опрос,<br>Расчетно-<br>аналитиче<br>ская<br>работа                |       |
|                                                                         | Промежуточная аттестация                                                                                                                           |       | x                                                                        | x      | x       | x                                                    | -                           | x            | x                                                                        | зачет                                                             |       |
| Итого по дисциплине                                                     |                                                                                                                                                    | 72    | 8                                                                        | 4      | 4       | -                                                    | -                           | 64           | 6                                                                        |                                                                   |       |
| Очно-заочная форма обучения                                             |                                                                                                                                                    |       |                                                                          |        |         |                                                      |                             |              |                                                                          |                                                                   |       |
| 1                                                                       | 1. Теоретические основы<br>физической культуры и спорта                                                                                            |       |                                                                          |        |         | -                                                    | -                           |              |                                                                          |                                                                   |       |
|                                                                         | 1.1 Физическая культура и спорт в<br>профессиональной подготовке<br>выпускников вузов                                                              | 8     | 2                                                                        | 0/2    | -       | -                                                    | -                           | 6            | -                                                                        | Тест                                                              | УК 7  |
|                                                                         | 1.2. Анатомо-морфологическое<br>строение и основные<br>физиологические функции<br>организма, обеспечивающие<br>двигательную активность<br>человека | 8     | -                                                                        | -      | -       | -                                                    | -                           | 8            | -                                                                        |                                                                   |       |

|   |                                                                                                                                     |           |          |          |          |          |          |           |          |                           |      |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|----------|---------------------------|------|
|   | 1.3. Общая и специальная физическая подготовка обучающихся в образовательном процессе                                               | 8         | -        | -        | -        | -        | -        | 8         | -        |                           |      |
|   | 1.4. Спортивная подготовка обучающихся в образовательном процессе                                                                   | 8         | -        | -        | -        | -        | -        | 8         | -        |                           |      |
|   | <b>2. Исследование и оценка организма занимающихся физической культурой и спортом</b>                                               |           |          |          |          |          |          |           |          |                           |      |
| 2 | 2.1 Исследование и оценка физического развития и физической подготовленности                                                        | 40        | 2        | -        | 2        | -        | -        | 38        | 6        | Опрос, контрольная работа | УК 7 |
|   | 2.2. Исследование и оценка функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем при физических нагрузках              |           |          |          |          |          |          |           |          |                           |      |
|   | Промежуточная аттестация                                                                                                            |           | ×        | ×        | ×        | ×        |          | ×         | ×        | зачет                     |      |
|   | Итого по дисциплине                                                                                                                 | <b>72</b> | <b>4</b> | <b>2</b> | <b>2</b> | <b>-</b> | <b>-</b> | <b>68</b> | <b>6</b> |                           |      |
|   | <b>Заочная форма обучения</b>                                                                                                       |           |          |          |          |          |          |           |          |                           |      |
|   | <b>1. Теоретические основы физической культуры и спорта</b>                                                                         |           |          |          |          | -        | -        |           |          |                           |      |
| 1 | 1.1 Физическая культура и спорт в профессиональной подготовке выпускников вузов                                                     | 8         | -        | -        | -        | -        | -        | 8         | -        | Тест                      | УК 7 |
|   | 1.2. Анатомо-морфологическое строение и основные физиологические функции организма, обеспечивающие двигательную активность человека | 8         | -        | -        | -        | -        | -        | 8         | -        |                           |      |
|   | 1.3. Общая и специальная физическая подготовка обучающихся в образовательном процессе                                               | 8         | -        | -        | -        | -        | -        | 8         | -        |                           |      |
|   | 1.4. Спортивная подготовка обучающихся в образовательном процессе                                                                   | 8         | -        | -        | -        | -        | -        | 8         | -        |                           |      |
|   | <b>2. Исследование и оценка организма занимающихся физической культурой и спортом</b>                                               |           |          |          |          |          |          |           |          |                           |      |
| 2 | 2.1 Исследование и оценка физического развития и физической подготовленности                                                        | 20        | 2        | -        | 2        | -        | -        | 18        | 6        | Опрос, контрольная работа | УК 7 |
|   | 2.2. Исследование и оценка функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем при физических нагрузках              | 20        | 2        | -        | 2        | -        | -        | 18        |          |                           |      |
|   | Промежуточная аттестация                                                                                                            |           | ×        | ×        | ×        | ×        |          | ×         | ×        | зачет                     |      |
|   | Итого по дисциплине                                                                                                                 | <b>72</b> | <b>4</b> | <b>-</b> | <b>4</b> | <b>-</b> | <b>-</b> | <b>68</b> | <b>6</b> |                           |      |

## 4.2 Лекционный курс.

### Примерный тематический план чтения лекций по разделам дисциплины

| №                                                                                                                                                                                                |        | Тема лекции. Основные вопросы темы                                                                                                        | Трудоемкость по разделу, час. |                                      |               | Применяемые интерактивные формы обучения |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|--------------------------------------|---------------|------------------------------------------|
| раздела                                                                                                                                                                                          | лекции |                                                                                                                                           | очная форма                   | очно-заочная форма с применением ДОТ | заочная форма |                                          |
| 1                                                                                                                                                                                                | 2      | 3                                                                                                                                         | 4                             | 5                                    | 6             | 7                                        |
| 1                                                                                                                                                                                                | 1      | Тема 1.1: Физическая культура и спорт в профессиональной подготовке выпускников вузов                                                     | 2                             | 0/2                                  | -             | Лекция - презентация                     |
|                                                                                                                                                                                                  |        | 1. Цели и задачи дисциплины «Физическая культура и спорт»                                                                                 |                               |                                      |               |                                          |
|                                                                                                                                                                                                  |        | 2.Средства физической культуры и спорта                                                                                                   |                               |                                      |               |                                          |
|                                                                                                                                                                                                  |        | 3. Методы физической культуры и спорта                                                                                                    |                               |                                      |               |                                          |
|                                                                                                                                                                                                  |        | 4. Характеристика профессионально-прикладной физической подготовки.                                                                       |                               |                                      |               |                                          |
| 1                                                                                                                                                                                                | 2      | Тема 1.2: Анатомо-морфологическое строение и основные физиологические функции организма, обеспечивающие двигательную активность человека. | 2                             | -                                    | -             | Лекция - презентация                     |
|                                                                                                                                                                                                  |        | 1. Костно-мышечная система.                                                                                                               |                               |                                      |               |                                          |
|                                                                                                                                                                                                  |        | 2. Деятельность сердечно-сосудистой системы.                                                                                              |                               |                                      |               |                                          |
|                                                                                                                                                                                                  |        | 3. Система внешнего дыхания.                                                                                                              |                               |                                      |               |                                          |
|                                                                                                                                                                                                  |        | 4. Энергетическое обеспечение мышечной деятельности.                                                                                      |                               |                                      |               |                                          |
| 1                                                                                                                                                                                                | 3      | Тема 1.3: Общая и специальная физическая подготовка обучающихся в образовательном процессе                                                | -                             | -                                    | -             | -                                        |
|                                                                                                                                                                                                  |        | 1. Характеристика и структура общей физической подготовки                                                                                 |                               |                                      |               |                                          |
|                                                                                                                                                                                                  |        | 2. Характеристика и структура специальной физической подготовки                                                                           |                               |                                      |               |                                          |
|                                                                                                                                                                                                  | 4      | 3. Методы развития и совершенствования физической подготовленности лиц молодого возраста                                                  |                               |                                      |               |                                          |
|                                                                                                                                                                                                  |        | Тема 1.4: Спортивная подготовка обучающихся в образовательном процессе                                                                    | -                             | -                                    | -             | -                                        |
|                                                                                                                                                                                                  |        | 1. Социальное значение студенческого спорта                                                                                               |                               |                                      |               |                                          |
|                                                                                                                                                                                                  |        | 2. Характеристика видов спортивной подготовки                                                                                             |                               |                                      |               |                                          |
|                                                                                                                                                                                                  |        | 3.Особенности соревновательной деятельности                                                                                               |                               |                                      |               |                                          |
|                                                                                                                                                                                                  |        | и т.д.                                                                                                                                    |                               |                                      |               |                                          |
| Всего лекций по дисциплине:                                                                                                                                                                      |        | час.                                                                                                                                      | Из них в интерактивной форме: |                                      |               | час.                                     |
| - очная форма обучения                                                                                                                                                                           |        | 4                                                                                                                                         | - очная форма обучения        |                                      |               | -                                        |
| - очно-заочная форма обучения                                                                                                                                                                    |        | 2                                                                                                                                         | - очно-заочная форма обучения |                                      |               | -                                        |
| - заочная форма обучения                                                                                                                                                                         |        | -                                                                                                                                         | - заочная форма обучения      |                                      |               | -                                        |
| Примечания:                                                                                                                                                                                      |        |                                                                                                                                           |                               |                                      |               |                                          |
| - материально-техническое обеспечение лекционного курса – см. Приложение 6;                                                                                                                      |        |                                                                                                                                           |                               |                                      |               |                                          |
| - обеспечение лекционного курса учебной, учебно-методической литературой и иными библиотечно-информационными ресурсами и средствами обеспечения образовательного процесса – см. Приложения 1 и 2 |        |                                                                                                                                           |                               |                                      |               |                                          |

### 4.3 Примерный тематический план практических занятий по разделам дисциплины

| №                |         | Тема занятия /<br>Примерные вопросы на обсуждение<br>(для семинарских занятий)                                                                          | Трудоемкость по разделу, час. |                    |               | Используемые интерактивные формы | Связь занятия с ВАРС* |
|------------------|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|--------------------|---------------|----------------------------------|-----------------------|
| раздела (модуля) | занятия |                                                                                                                                                         | очная форма                   | очно-заочная форма | заочная форма |                                  |                       |
| 1                | 2       | 3                                                                                                                                                       | 4                             |                    | 5             | 6                                | 7                     |
| 2                | 1       | Тема 2.1: Исследование и оценка физического развития и физической подготовленности<br>- Исследование и оценка физического развития методом соматоскопии | 2                             | 2                  | 2             | Работа в малых группах           | ОСП                   |
| 2                | 2       | Тема 2.1: Исследование и оценка                                                                                                                         |                               |                    |               | Работа в                         | ОСП                   |

|                                           |  |                                                                                                                                                                                                                                                |      |   |                               |                        |     |      |
|-------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|---|-------------------------------|------------------------|-----|------|
|                                           |  | физического развития и физической подготовленности<br>- Исследование координационных способностей.                                                                                                                                             | 2    | - | 2                             | малых группах          |     |      |
|                                           |  | Тема 2.2: Исследование функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем при физических нагрузках<br>- Методика пульсометрии в покое<br>- Методика измерения артериального давления                                           | -    | - | -                             | Работа в малых группах | ОСП |      |
|                                           |  | Тема 2.2: Исследование функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем при физических нагрузках<br>- Методика проведения исследования системы внешнего дыхания (экскурсия грудной клетки, гипоксические пробы, спирометрия) | -    | - | -                             | Работа в малых группах | ОСП |      |
| Всего практических занятий по дисциплине: |  |                                                                                                                                                                                                                                                | час. |   | Из них в интерактивной форме: |                        |     | час. |
| - очная форма обучения                    |  |                                                                                                                                                                                                                                                | 4    |   | - очная форма обучения        |                        |     | 4    |
| - очно-заочная форма обучения             |  |                                                                                                                                                                                                                                                | 2    |   | - очно-заочная форма обучения |                        |     | 2    |
| - заочная форма обучения                  |  |                                                                                                                                                                                                                                                | 4    |   | - заочная форма обучения      |                        |     | 4    |
| В том числе в форме семинарских занятий   |  |                                                                                                                                                                                                                                                |      |   |                               |                        |     |      |
| - очная форма обучения                    |  |                                                                                                                                                                                                                                                | 4    |   |                               |                        |     |      |
| - очно-заочная форма обучения             |  |                                                                                                                                                                                                                                                | 2    |   |                               |                        |     |      |
| - заочная форма обучения                  |  |                                                                                                                                                                                                                                                | 4    |   |                               |                        |     |      |

**\* Условные обозначения:**  
**ОСП** – предусмотрена обязательная самоподготовка к занятию; **УЗ СРС** – на занятии выдается задание на конкретную ВАРС; **ПР СРС** – занятие содержательно базируется на результатах выполнения обучающимся конкретной ВАРС.

**Примечания:**  
 - материально-техническое обеспечение практических занятий – см. Приложение 6;  
 - обеспечение практических занятий учебной, учебно-методической литературой и иными библиотечно-информационными ресурсами и средствами обеспечения образовательного процесса – см. Приложения 1 и 2.

#### 4.4 Лабораторный практикум.

Примерный тематический план лабораторных занятий по разделам дисциплины

Не предусмотрен планом

### 5 ПРОГРАММА ВНЕАУДИТОРНОЙ АКАДЕМИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

#### 5.1 Фиксированные виды внеаудиторных самостоятельных работ

##### 5.1.1 Выполнение и защита (сдача) курсового проекта (работы) по дисциплине

Не предусмотрено учебным планом

### 5.1.2 Выполнение и сдача расчетно-аналитической работы

| № раздела дисциплины        | Тема в составе раздела/<br>вопрос в составе темы раздела,<br>вынесенные на самостоятельное изучение                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Расчетная<br>трудоемкость<br>, час. | Форма текущего<br>контроля<br>по теме |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------------|
| <b>очная форма обучения</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                     |                                       |
| 2                           | Тема: Исследование и оценка физического развития, физической подготовленности<br>- Исследование и оценка физического развития по методу индексов.<br>- Исследование и оценка физического развития по методу стандартов.<br>- Определение уровня физической подготовленности методом педагогического тестирования<br>Тема: Исследование функционального состояния кардио-респираторной системы при физических нагрузках<br>- Функциональные пробы для сердечно-сосудистой системы дозированной физической нагрузкой.<br>- Функциональные пробы для системы внешнего дыхания с дозированной физической нагрузкой | 6                                   | Расчетно-аналитическая работа         |

### ШКАЛА И КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ

**Зачтено** – обучающийся правильно произвел измерения показателей физического развития, осуществил правильные расчеты во всех заданиях, провел анализ полученных результатов и сформулировал подробные рекомендации с учетом всех компонентов физической подготовленности.

**Не зачтено** - обучающийся не правильно произвел измерения антропометрических показателей, допустил ошибки в расчетах в одном и более заданий, не провел подробный анализ полученных результатов и не сформулировал подробные рекомендации с учетом всех компонентов физической подготовленности. Либо не предоставил расчетно-аналитическую работу.

#### 5.1.2.1. Типовые контрольные задания

Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы; методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций представлены в Приложении 9 «Фонд оценочных средств по дисциплине».

### 5.1.3 Перечень заданий для контрольных работ обучающихся очно-заочной, заочной формы обучения

| № раздела дисциплины | Тема в составе раздела/<br>вопрос в составе темы раздела,<br>вынесенные на самостоятельное изучение                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Расчетная<br>трудоемкость<br>, час. | Форма текущего<br>контроля<br>по теме |
|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------------|
| 2                    | Тема: Исследование и оценка физического развития.<br>- Метод индексов<br>- Метод стандартов<br>Исследование и оценка физической подготовленности.<br>- Методы исследования физических качеств (тесты)<br>Тема: Исследование функционального состояния кардио-респираторной системы при физических нагрузках<br>- Дыхательные гипоксические пробы<br>- Трехмоментная проба Летунова.<br>- Функциональные пробы для сердечно-сосудистой системы дозированной физической нагрузкой.<br>- Функциональные пробы для системы внешнего дыхания с дозированной физической нагрузкой | 6                                   | Расчетно-аналитическая работа         |

## ШКАЛА И КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ

**Зачтено** – обучающийся правильно произвел измерения показателей физического развития, физической подготовленности, провел анализ функционального состояния кардио-респираторной системы при физических нагрузках. Сформулировал выводы.

**Не зачтено** - обучающийся не правильно произвел измерения физического развития, физической подготовленности, кардио-респираторной системы при физических нагрузках. Не сформулировал выводы. Либо не выполнил работу.

### 5.2 Самостоятельное изучение тем

| № раздела дисциплины               | Тема в составе раздела/вопрос в составе темы раздела, вынесенные на самостоятельное изучение                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Расчетная трудоемкость, час. | Форма текущего контроля по теме |
|------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|---------------------------------|
| <b>очная форма обучения</b>        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                              |                                 |
| 1                                  | Тема 1.1. Физическая культура и спорт в профессиональной подготовке выпускников вузов.<br>- Какие физические качества Вам необходимо развивать для будущей профессиональной деятельности?<br>- Каким видом физкультурно-спортивной деятельности необходимо заниматься для профилактики профессиональных заболеваний?                                                                                                   | 6                            | Опрос                           |
| 1                                  | Тема 1.2: Анатомо-морфологическое строение и основные физиологические функции организма, обеспечивающие двигательную активность человека                                                                                                                                                                                                                                                                               | 8                            | Опрос                           |
| 1                                  | Тема 1.3: Общая и специальная физическая подготовка обучающихся в образовательном процессе<br>- Основные средства и методы совершенствования силовых способностей.<br>- Основные средства и методы совершенствования быстроты.<br>- Основные средства и методы совершенствования выносливости.<br>- Основные средства и методы совершенствования ловкости.<br>- Основные средства и методы совершенствования гибкости. | 8                            | Опрос                           |
| 1                                  | Тема 1.4: Спортивная подготовка обучающихся в образовательном процессе<br>- Состояние организма человека при занятиях спортом.<br>- Основные средства и методы технической подготовки спортсменов.<br>- Основные средства и методы технико-тактической подготовки.<br>- Основные средства и методы психологической подготовки.<br>- Утомление и средства восстановления спортсменов.                                   | 8                            | Опрос                           |
| 2                                  | Тема 2.1 Исследование и оценка физического развития и физической подготовленности<br>- Исследование и оценка физического развития методом антропометрии;<br>- Оценка физического развития методом индексов пропорциональности                                                                                                                                                                                          | 4                            | Опрос                           |
| 2                                  | Тема 2.2. Исследование и оценка функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем при физических нагрузках<br>- Исследование реакции ССС на дозированную физическую нагрузку.<br>- Исследование реакции ДС на дозированную физическую нагрузку.                                                                                                                                                       | 6                            | Опрос                           |
| <b>очно-заочная форма обучения</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                              |                                 |
| 1                                  | Тема 1.1. Физическая культура и спорт в профессиональной подготовке выпускников вузов.<br>- Какие физические качества Вам необходимо развивать для будущей профессиональной деятельности?<br>- Каким видом физкультурно-спортивной деятельности необходимо заниматься для профилактики профессиональных заболеваний?                                                                                                   | 8                            | Опрос                           |

|                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |   |       |
|-------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-------|
| 1                             | Тема1.2: Анатомо-морфологическое строение и основные физиологические функции организма, обеспечивающие двигательную активность человека                                                                                                                                                                                                                                                                               | 8 | Опрос |
| 1                             | Тема1.3: Общая и специальная физическая подготовка обучающихся в образовательном процессе<br>- Основные средства и методы совершенствования силовых способностей.<br>- Основные средства и методы совершенствования быстроты.<br>- Основные средства и методы совершенствования выносливости.<br>- Основные средства и методы совершенствования ловкости.<br>- Основные средства и методы совершенствования гибкости. | 8 | Опрос |
| 1                             | Тема 1.4: Спортивная подготовка обучающихся в образовательном процессе<br>- Состояние организма человека при занятиях спортом.<br>- Основные средства и методы технической подготовки спортсменов.<br>- Основные средства и методы технико-тактической подготовки.<br>- Основные средства и методы психологической подготовки.<br>- Утомление и средства восстановления спортсменов.                                  | 8 | Опрос |
| 2                             | Тема 2.1 Исследование и оценка физического развития и физической подготовленности<br>- Исследование и оценка физического развития методом антропометрии;<br>- Оценка физического развития методом индексов пропорциональности                                                                                                                                                                                         | 6 | Опрос |
| 2                             | Тема 2.2. Исследование и оценка функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем при физических нагрузках<br>- Исследование реакции CCC на дозированную физическую нагрузку.<br>- Исследование реакции ДС на дозированную физическую нагрузку.                                                                                                                                                      | 6 | Опрос |
| <b>заочная форма обучения</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |   |       |
| 1                             | 1.1 Физическая культура и спорт в профессиональной подготовке выпускников вузов.<br>- Какие физические качества Вам необходимо развивать для будущей профессиональной деятельности?<br>- Каким видом физкультурно-спортивной деятельности необходимо заниматься для профилактики профессиональных заболеваний?                                                                                                        | 8 | Опрос |
| 1                             | 1.2. Анатомо-морфологическое строение и основные физиологические функции организма, обеспечивающие двигательную активность человека                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 8 | Опрос |
| 1                             | Тема1.3: Общая и специальная физическая подготовка обучающихся в образовательном процессе<br>- Основные средства и методы совершенствования силовых способностей.<br>- Основные средства и методы совершенствования быстроты.<br>- Основные средства и методы совершенствования выносливости.<br>- Основные средства и методы совершенствования ловкости.<br>- Основные средства и методы совершенствования гибкости. | 8 | Опрос |
| 1                             | Тема 1.4: Спортивная подготовка обучающихся в образовательном процессе<br>- Состояние организма человека при занятиях спортом.<br>- Основные средства и методы технической подготовки спортсменов.<br>- Основные средства и методы технико-тактической подготовки.<br>- Основные средства и методы психологической подготовки.<br>- Утомление и средства восстановления спортсменов.                                  | 8 | Опрос |

|                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                  |   |       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-------|
| 2                                                                                                                                                                                    | Тема 2.1 Исследование и оценка физического развития и физической подготовленности<br>- Исследование и оценка физического развития методом антропометрии;<br>- Оценка физического развития методом индексов пропорциональности                                    | 8 | Опрос |
| 2                                                                                                                                                                                    | Тема 2.2. Исследование и оценка функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем при физических нагрузках<br>- Исследование реакции CCC на дозированную физическую нагрузку.<br>- Исследование реакции ДС на дозированную физическую нагрузку. | 8 | Опрос |
| <b>Примечание:</b><br>- учебная, учебно-методическая литература и иные библиотечно-информационные ресурсы и средства обеспечения самостоятельного изучения тем – см. Приложения 1-4. |                                                                                                                                                                                                                                                                  |   |       |

#### ШКАЛА И КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ

**Зачтено** – обучающийся владеет теоретическим материалом, отвечает на вопросы.

**Не зачтено** - обучающийся не владеет теоретическим материалом, не может ответить на вопросы.

#### 5.3 Самоподготовка к аудиторным занятиям (кроме контрольных занятий)

| Занятия, по которым предусмотрена самоподготовка | Характер (содержание) самоподготовки     | Организационная основа самоподготовки                                                       | Общий алгоритм самоподготовки                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Расчетная трудоемкость, час |
|--------------------------------------------------|------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|
| <b>Очная форма обучения</b>                      |                                          |                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                             |
| Практическое занятие                             | Подготовка по темам практических занятий | План практических занятий;<br>Задания преподавателя, выдаваемые в конце предыдущего занятия | 1. Рассмотрение вопросов по заданной теме.<br>Изучение литературы по вопросам практического занятия в т. ч. материалов МООК «Физическая культура». Платформа - ОмГАУ-Moodle. ВУЗ разработчик - ФГАОУ ВО Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого, доступ – <a href="https://openedu.ru/course/spbstu/PHYS_CUL/">https://openedu.ru/course/spbstu/PHYS_CUL/</a><br>2. Подготовка ответов на вопросы, написание конспекта | 4                           |
| <b>Очно-заочная форма обучения</b>               |                                          |                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                             |
| Практическое занятие                             | Подготовка по темам практических занятий | План практических занятий;<br>Задания преподавателя, выдаваемые в конце предыдущего занятия | 3. Рассмотрение вопросов по заданной теме.<br>Изучение литературы по вопросам практического занятия в т. ч. материалов МООК «Физическая культура». Платформа - ОмГАУ-Moodle. ВУЗ разработчик - ФГАОУ ВО Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого, доступ – <a href="https://openedu.ru/course/spbstu/PHYS_CUL/">https://openedu.ru/course/spbstu/PHYS_CUL/</a><br>Подготовка ответов на вопросы, написание конспекта    | 4                           |
| <b>Заочная форма обучения</b>                    |                                          |                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                             |
| Практическое занятие                             | Подготовка по темам практических занятий | План практических занятий;<br>Задания преподавателя, выдаваемые в конце предыдущего занятия | 4. Рассмотрение вопросов по заданной теме.<br>Изучение литературы по вопросам практического занятия в т. ч. материалов МООК «Физическая культура». Платформа - ОмГАУ-                                                                                                                                                                                                                                                                         | 4                           |

|  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |
|--|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  |  |  | Moodle. ВУЗ разработчик - ФГАОУ ВО Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого, доступ – <a href="https://openedu.ru/course/spbstu/PHYS_CUL/">https://openedu.ru/course/spbstu/PHYS_CUL/</a><br>Подготовка ответов на вопросы, написание конспекта |  |
|--|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

### ШКАЛА И КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ

**Зачтено** – обучающийся владеет теоретическим материалом, отвечает на вопросы.

**Не зачтено** - обучающийся не владеет теоретическим материалом, не может ответить на вопросы.

#### 5.4 Самоподготовка и участие в контрольно-оценочных учебных мероприятиях (работах) проводимых в рамках текущего контроля освоения дисциплины

| Наименование оценочного средства   | Охват обучающихся | Содержательная характеристика (тематическая направленность)                                             | Расчетная трудоемкость, час |
|------------------------------------|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|
| 1                                  | 2                 | 3                                                                                                       | 4                           |
| <b>Очная форма обучения</b>        |                   |                                                                                                         |                             |
| Итоговый тест                      | фронтальный       | Влияние физической культуры и спорта на укрепление здоровья и профилактику профессиональных заболеваний | 14                          |
| <b>Очно-заочная форма обучения</b> |                   |                                                                                                         |                             |
| Итоговый тест                      | фронтальный       | Влияние физической культуры и спорта на укрепление здоровья и профилактику профессиональных заболеваний | 14                          |
| <b>Заочная форма обучения</b>      |                   |                                                                                                         |                             |
| Итоговый тест                      | фронтальный       | Влияние физической культуры и спорта на укрепление здоровья и профилактику профессиональных заболеваний | 14                          |

### ТЕСТОВЫЕ ВОПРОСЫ К ИТОГОВОМУ КОНТРОЛЮ

- Что входит в функции медицинского контроля?
  - наблюдение за состоянием здоровья обучающихся;
  - планирование учебно-тренировочной нагрузки;
  - определение повседневной подготовленности обучающихся.
- Наблюдение за состоянием здоровья обучающихся относится:
  - к самоконтролю;
  - к педагогическому контролю;
  - к медицинскому контролю.
- Текущий педагогический контроль позволяет определить:
  - повседневные изменения в подготовленности;
  - долгосрочные изменения в подготовленности обучающихся;
  - перспективные изменения функционального состояния.
- Повседневные изменения подготовленности на занятиях физической культурой определяются:
  - самоконтролем и медицинским контролем;
  - самоконтролем и педагогическим контролем;
  - медицинским и педагогическим контролем.
- Дневник самоконтроля является средством:
  - самонаблюдения и педагогического контроля;
  - врачебного и педагогического контроля;
  - врачебного контроля и самостоятельного наблюдения.

6. Самонаблюдение это метод:

- а) самоконтроля обучающихся;
- б) педагогического контроля;
- в) медицинского контроля;

7. Что является субъективным показателем самоконтроля?

- а) вес тела;
- б) частота сердечных сокращений;
- в) самочувствие;
- г) артериальное давление.

8. Оценка работоспособности относится:

- а) к субъективным показателям самоконтроля;
- б) к объективным показателям самоконтроля;
- в) оба варианта правильные;

9. Что является объективным показателем самоконтроля?

- а) аппетит;
- б) частота сердечных сокращений;
- в) самочувствие;
- г) сон.

10. Определение частоты дыхания это:

- а) объективный показатель самоконтроля;
- б) субъективный показатель самоконтроля;
- в) показатель физического развития.

11. Тест Купера оценивает:

- а) работоспособность;
- б) быстроту;
- в) гибкость;
- г) выносливость.

12. Гарвардский степ-тест проводится:

- а) восхождением на ступеньку;
- б) бегом на 1000 м;
- в) прыжками в длину;
- г) бегом на 3000 м.

13. Гарвардский степ-тест определяет:

- а) работоспособность;
- б) быстроту;
- в) динамику восстановительных процессов;
- г) силу.

14. Проба Генчи связана:

- а) с задержкой дыхания на вдохе;
- б) с задержкой дыхания на выдохе;
- в) с выпрыгиванием в высоту и глубоким вдохом;
- г) с выпрыгиванием в длину и глубоким выдохом.

15. Проба Штанге проводится с использованием:

- а) с задержкой дыхания на вдохе;
- б) с задержкой дыхания на выдохе;
- в) с выпрыгиванием в высоту и глубоким вдохом;
- г) с выпрыгиванием в длину и глубоким выдохом.

16. В процессе жизнедеятельности человек испытывает влияние факторов окружающей среды:

- а) индивидуальное;
- б) смешанное;
- в) комплексное.

17. Что такое гипердинамия?

- а) избыточная двигательная активность;
- б) недостаточная двигательная активность;
- в) оптимальная двигательная активность.

18. Что такое резистентность?

- а) недостаточная сопротивляемость организма;
- б) повышенная сопротивляемость организма;
- в) повышенная утомляемость.

19. Нарушение биологических ритмов ведет:

- а) повышенной работоспособности;
- б) повышенной двигательной активности;
- в) снижению работоспособности.

20. Что не является социально-экономическими факторами физической культуры?

- а) социально-экономические взаимоотношения;
- б) повышенная двигательная активность;
- в) нормативно правовые контакты.

#### Ключи к итоговому тесту

|    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 1  | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 |
| а  | в  | а  | б  | а  | а  | в  | б  | б  | а  |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| а  | а  | в  | б  | а  | в  | а  | б  | в  | б  |

**Зачтено** - выставляется обучающемуся, если он правильно ответил на 2/3 тестовых заданий;

**Не зачтено** - обучающийся ответил менее 2/3 тестовых заданий

#### 6 ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО РЕЗУЛЬТАТАМ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

| 6.1 Основные характеристики<br>промежуточной аттестации обучающихся по итогам изучения дисциплины |                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Цель промежуточной аттестации -</b>                                                            | установление уровня достижения каждым обучающимся целей и задач обучения по данной дисциплине, изложенным в п.2.2 настоящей программы                                                                             |
| <b>Форма промежуточной аттестации -</b>                                                           | зачёт                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Место процедуры получения зачёта в графике учебного процесса</b>                               | 1) участие обучающегося в процедуре получения зачёта осуществляется за счёт учебного времени (трудоемкости), отведённого на изучение дисциплины                                                                   |
|                                                                                                   | 2) процедура проводится в рамках ВАО, на последней неделе семестра                                                                                                                                                |
| <b>Основные условия получения обучающимся зачёта:</b>                                             | 1) обучающийся выполнил все виды учебной работы (включая самостоятельную) и отчитался об их выполнении в сроки, установленные графиком учебного процесса по дисциплине;<br>2) прошёл заключительное тестирование; |
| <b>Процедура получения зачёта -</b>                                                               | Представлены в Фонде оценочных средств по данной учебной дисциплине (см. – Приложение 9)                                                                                                                          |
| <b>Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков:</b>         |                                                                                                                                                                                                                   |

## **7 ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

### **7.1 Библиотечное, информационное и методическое обеспечение учебного процесса по дисциплине**

В соответствии с действующими государственными требованиями для реализации учебного процесса по дисциплине обеспечивающей кафедрой разрабатывается и постоянно совершенствуется учебно-методический комплекс (УМК), соответствующий данной рабочей программе. При разработке УМК кафедра руководствуется установленными университетом требованиями к его структуре, содержанию и оформлению.

Организационно-методическим ядром УМК являются:

- полная версии рабочей программы учебной дисциплины с внутренними приложениями №№ 1-3, 5, 6, 8;
- фонд оценочных средств по ней ФОС (Приложение 9);
- методические рекомендации для обучающихся по изучению дисциплины и прохождению контрольно-оценочных мероприятий (Приложение 4);
- методические рекомендации преподавателям по дисциплине (Приложение 7).

В состав учебно-методического комплекса в обязательном порядке также входят перечисленные в Приложениях 1 и 2 источники учебной и учебно-методической информации, учебные ресурсы и средства наглядности.

Приложения 1 и 2 к настоящему учебно-программному документу в обязательном порядке актуализируются на начало каждого учебного года

Электронная версия актуального УМКД, адаптированная для обучающихся, выставляется в информационно-образовательной среде университета.

### **7.2 Цифровые и информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине; соответствующая им информационно-технологическая и компьютерная база**

Применение средств ИКТ в процессе реализации дисциплины:

- использование интернет-браузеров для просмотра, поиска, фильтрации, организации, хранения, извлечения и анализа данных, информации и цифрового контента;
- использование облачных сервисов для просмотра, поиска, фильтрации, организации, хранения, извлечения и анализа данных, информации и цифрового контента;
- использование офисных приложений;
- подготовка отчетов в цифровом или бумажном формате, в том числе подготовка презентаций;
- использование digital-инструментов по формированию электронного образовательного контента в ЭИОС университета (<https://do.omgau.ru/>), проверке знаний, общения, совместной (командной) работы и самоподготовки студентов, сохранению цифровых следов результатов обучения и пр.

Цифровые и информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине и сведения об информационно-технологической и компьютерной базе, необходимой для преподавания и изучения дисциплины, представлены в Приложении 5.

### **7.3 Материально-техническое обеспечение учебного процесса по дисциплине**

Сведения о материально-технической базе, необходимой для реализации программы дисциплины, представлены в Приложении 6.

### **7.4. Организационное обеспечение учебного процесса и специальные требования к нему с учетом характера учебной работы по дисциплине**

Аудиторные учебные занятия по дисциплине ведутся в соответствии с расписанием, внеаудиторная академическая работа организуется в соответствии с семестровым графиком ВАР и графиками сдачи/приёма/защиты выполненных работ. Консультирование обучающихся, изучающих данную дисциплину, осуществляется в соответствии с графиком консультаций.

### **7.5 Кадровое обеспечение учебного процесса по дисциплине**

Сведения о кадровом обеспечении учебного процесса по дисциплине размещены на официальном сайте университета в разделе «Сведения об образовательной организации» с учетом требований ФГОС, представленных в Приложении 8.

#### **7.6. Обеспечение учебного процесса по дисциплине для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

Организационно-педагогическое, психолого-педагогическое сопровождение обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья осуществляется на основании соответствующей рекомендации в заключении психолого-медико-педагогической комиссии или индивидуальной программе реабилитации инвалида.

Обучающимся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов в случае необходимости:

- предоставляются печатные и (или) электронные образовательные ресурсы в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья;
- учебно-методические материалы для самостоятельной работы, оценочные средства выбираются с учетом их индивидуальных психофизических особенностей;
- разрешается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями (эти средства могут быть предоставлены университетом или могут использоваться собственные технические средства).
- проведение процедуры оценивания результатов обучения возможно с учетом особенностей нозологий (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.) при использовании доступной формы предоставления заданий оценочных средств и ответов на задания (в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме аудиозаписи, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом, задания предоставляются с использованием сурдоперевода) с использованием дополнительного времени для подготовки ответа.

Во время проведения занятий в группах, где обучаются инвалиды и обучающиеся с ОВЗ, возможно применение мультимедийных средств, оргтехники, слайд-проекторов и иных средств для повышения уровня восприятия учебной информации обучающимися с различными нарушениями. Для разъяснения отдельных вопросов изучаемой дисциплины преподавателями дополнительно проводятся индивидуальные консультации, в том числе с использованием сети Интернет.

#### **7.7 Обеспечение образовательных программ с частичным применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий**

При реализации программы дисциплины могут применяться электронное обучение и дистанционные образовательные технологии.

В случае применения электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в информационно-образовательной среде университета в рамках дисциплин создается электронный обучающий курс, содержащий учебно-методические, теоретические материалы, информационные материалы для организации работы в синхронном и асинхронном режимах. Соотношение объема занятий, проводимых в форме контактной работы обучающихся с преподавателем и занятий, проводимых с применением ЭО, ДОТ представлено в приложении 5.

**8 ЛИСТ РАССМОТРЕНИЙ И ОДОБРЕНИЙ**  
**рабочей программы дисциплины Физическая культура и спорт**

|                                                                                                                                                                                                           |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <b>1. Рассмотрена и одобрена:</b>                                                                                                                                                                         |  |
| а) На заседании обеспечивающей преподавание кафедры физической культуры и спорта;<br>(наименование кафедры)<br>протокол № 8 от 19.03.2025.<br>И.о. зав. кафедрой, старший преподаватель _____ В.В. Сумина |  |
| б) На заседании методической комиссии по направлению по всем направлениям<br>протокол № 8 от 22.04.2025<br>Председатель МКН – канд. экон. наук. _____ М.В. Васюкова                                       |  |
| <b>2. Рассмотрение и одобрение представителями профессиональной сферы по профилю ОПОП:</b>                                                                                                                |  |
| <b>3. Рассмотрение и одобрение внешними представителями (органами) педагогического (научно-педагогического) сообщества по профилю дисциплины:</b>                                                         |  |
| Доцент кафедры «Физическое воспитание и спорт» ФГБОУ ВО ОмГТУ<br>канд. пед. наук, доцент _____ О.В. Мараховская                                                                                           |  |

Подпись: *О.В. Мараховская*  
 Заверено: *Н.В. Сидорова*  
 Начальник управления персоналом  
 Управление  
 Омского государственного университета  
 Омск

**9. ИЗМЕНЕНИЯ И ДОПОЛНЕНИЯ  
к рабочей программе дисциплины  
представлены в приложении 10.**

| <p align="center"><b>ПЕРЕЧЕНЬ</b><br/> <b>литературы, рекомендуемой для изучения дисциплины</b><br/> <b>Физическая культура и спорт</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| Автор, наименование, выходные данные                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Доступ                                                  |
| Барчуков И. С. Физическая культура : учебник / И. С. Барчуков ; ред. Н. Н. Маликов. – Москва : Академия, 2013. - 528 с. – ISBN 978-5-406-01846-0. - Текст : непосредственный.                                                                                                                                                                                                                                    | НСХБ                                                    |
| Бишаева А. А. Профессионально-оздоровительная физическая культура студента : учебное пособие / А. А. Бишаева. - Москва : Кнорус, 2013. - 304 с. – ISBN 978-5-406-01846-0. - Текст : непосредственный.                                                                                                                                                                                                            | НСХБ                                                    |
| Каргин, Н. Н. Теоретические основы здоровья человека и его формирования средствами физической культуры и спорта : учебное пособие / Н. Н. Каргин, Ю. А. Лаамарти. — Москва : ИНФРА-М, 2022. — 243 с. - ISBN 978-5-16-015939-3. - Текст : электронный. - URL: <a href="https://znanium.ru/catalog/product/1945375">https://znanium.ru/catalog/product/1945375</a> . – Режим доступа: по подписке.                 | <a href="http://znanium.com">http://znanium.com</a>     |
| Пягай, Л. П. Методические основы дисциплины «Физическая культура и спорт» : учебное пособие / Л. П. Пягай. — Омск : Омский ГАУ, 2020. — 115 с. — ISBN 978-5-89764-856-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/136154">https://e.lanbook.com/book/136154</a> . — Режим доступа : для авториз. пользователей.                               | <a href="http://e.lanbook.com">http://e.lanbook.com</a> |
| Пягай, Л. П. Элективные курсы по физической культуре и спорту : учебное пособие / Л. П. Пягай, С. Н. Якименко, Ю. А. Елохова. — Омск : Омский ГАУ, 2022. — 168 с. — ISBN 978-5-907507-84-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/326438">https://e.lanbook.com/book/326438</a> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.             | <a href="http://e.lanbook.com">http://e.lanbook.com</a> |
| Теория и методика обучения предмету «Физическая культура и спорт» : учебное пособие для вузов / под ред. Ю. Д. Железняка. – 4-е изд., перераб. - Москва : Академия, 2010. - 272 с. – ISBN 978-5-7695-6404-8. - Текст : непосредственный.                                                                                                                                                                         | НСХБ                                                    |
| Физическая культура : учебник / ред. М. Я. Виленский. - 3-е изд., стер. - Москва : Кнорус, 2016. - 424 с. ISBN 978-5-406-05195-5. - Текст : непосредственный.                                                                                                                                                                                                                                                    | НСХБ                                                    |
| Физическая культура студентов специального учебного отделения : учебное пособие / Л. Н. Гелецкая, И. Ю. Бирдигулова, Д. А. Шубин, Р. И. Коновалова. - Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2014. - 220 с. - ISBN 978-5-7638-2997-6. - Текст : электронный. - URL: <a href="https://znanium.com/catalog/product/511522">https://znanium.com/catalog/product/511522</a> . – Режим доступа: по подписке. | <a href="http://znanium.com">http://znanium.com</a>     |
| Филиппова, Ю. С. Физическая культура : учебно-методическое пособие / Ю. С. Филиппова. — Москва : ИНФРА-М, 2024. — 201 с. - ISBN 978-5-16-019217-8.-Текст : электронный. - URL: <a href="https://znanium.ru/catalog/product/2098104">https://znanium.ru/catalog/product/2098104</a> . – Режим доступа: по подписке.                                                                                               | <a href="http://znanium.com">http://znanium.com</a>     |
| Теория и практика физической культуры. - Москва : Теория и практика физической культуры, 1925 - . - Выходит ежемесячно. – ISSN 0040-3601. – Текст : непосредственный.                                                                                                                                                                                                                                            | НСХБ                                                    |

**ПЕРЕЧЕНЬ  
РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»  
И ЛОКАЛЬНЫХ СЕТЕЙ УНИВЕРСИТЕТА,  
необходимых для освоения дисциплины  
Физическая культура и спорт**

| <b>1. Удаленные электронные сетевые учебные ресурсы временного доступа, сформированные на основании прямых договоров с правообладателями (электронные библиотечные системы - ЭБС), информационные справочные системы</b> |                                                                                                                                                           |                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Наименование                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                           | Доступ                                                                                            |
| Электронно-библиотечная система «ZNANIUM.COM»                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                           | <a href="http://znanium.com">http://znanium.com</a>                                               |
| Электронно-библиотечная система «Издательства Лань»                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                           | <a href="http://e.lanbook.com">http://e.lanbook.com</a>                                           |
| Электронно-библиотечная система «Консультант студента»                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                           | <a href="http://www.studentlibrary.ru">http://www.studentlibrary.ru</a>                           |
| Универсальная база данных ИВИС                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                           | <a href="https://evis.ru">https://evis.ru</a>                                                     |
| Электронно-библиотечная система "Рукопт"                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                           | <a href="https://lib.rucont.ru/search">https://lib.rucont.ru/search</a>                           |
| Справочная правовая система КонсультантПлюс                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                           | <a href="http://www.consultant.ru">http://www.consultant.ru</a>                                   |
| <b>2. Электронные сетевые ресурсы открытого доступа (профессиональные базы данных, массовые открытые онлайн-курсы и пр.):</b>                                                                                            |                                                                                                                                                           |                                                                                                   |
| Профессиональные базы данных                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                           | <a href="https://clck.ru/MC8Aq">https://clck.ru/MC8Aq</a>                                         |
| ФГАОУ ВО Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого «Физическая культура»                                                                                                                            |                                                                                                                                                           | <a href="https://openedu.ru/course/spbstu/PHYSCUL/">https://openedu.ru/course/spbstu/PHYSCUL/</a> |
| <b>3. Электронные учебные и учебно-методические ресурсы, подготовленные в университете:</b>                                                                                                                              |                                                                                                                                                           |                                                                                                   |
| Автор(ы)                                                                                                                                                                                                                 | Наименование                                                                                                                                              | Доступ                                                                                            |
| Пягай Л.П.                                                                                                                                                                                                               | Методические основы дисциплины «Физическая культура и спорт»: учебное пособие / Л. П. Пягай. - Электрон.текстовые дан. - Омск :Омский ГАУ, 2020. - 115 с. | <a href="http://e.lanbook.com">http://e.lanbook.com</a>                                           |

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ  
САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ  
по дисциплине Физическая культура и спорт**

| <b>1. Учебно-методическая литература</b>                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                         |
|-------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| Автор, наименование, выходные данные                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Доступ                                                  |
| Барчуков И.С.                                               | Физическая культура : учебник / И. С. Барчуков ; ред. Н. Н. Маликов. – Москва : Академия, 2013. - 528 с. – ISBN 978-5-406-01846-0. - Текст : непосредственный.                                                                                                                                                                                                                     | НСХБ                                                    |
| Каргин, Н.Н.                                                | Теоретические основы здоровья человека и его формирования средствами физической культуры и спорта : учебное пособие / Н. Н. Каргин, Ю. А. Лаамарти. — Москва : ИНФРА-М, 2022. — 243 с. - ISBN 978-5-16-015939-3. - Текст : электронный. - URL: <a href="https://znanium.ru/catalog/product/1945375">https://znanium.ru/catalog/product/1945375</a> . — Режим доступа: по подписке. | <a href="http://znanium.com">http://znanium.com</a>     |
| Пягай, Л. П.                                                | Методические основы дисциплины «Физическая культура и спорт» : учебное пособие / Л. П. Пягай. — Омск : Омский ГАУ, 2020. — 115 с. — ISBN 978-5-89764-856-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/136154">https://e.lanbook.com/book/136154</a> . — Режим доступа : для авториз. пользователей.              | <a href="http://e.lanbook.com">http://e.lanbook.com</a> |
| Филиппова, Ю.С.                                             | Физическая культура : учебно-методическое пособие / Ю. С. Филиппова. — Москва : ИНФРА-М, 2024. — 201 с. - ISBN 978-5-16-019217-8.-Текст : электронный. - URL: <a href="https://znanium.ru/catalog/product/2098104">https://znanium.ru/catalog/product/2098104</a> . — Режим доступа: по подписке.                                                                                  | <a href="http://znanium.com">http://znanium.com</a>     |
| <b>2. Учебно-методические разработки на правах рукописи</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                         |
| Автор(ы)                                                    | Наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Доступ                                                  |
| А. В. Холопов,<br>В. Н. Коновалов                           | Спортивно-оздоровительная занятость студентов современного вуза : монография / А. В. Холопов, В. Н. Коновалов ; Ом. гос. аграр. ун-т. - Омск : Изд-во ОмГАУ, 2008. — 138 с.                                                                                                                                                                                                        | НСХБ                                                    |

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ  
по освоению дисциплины  
представлены отдельным документом**

**ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ,  
используемые при осуществлении образовательного процесса  
по дисциплине Физическая культура и спорт**

|                                                                                                                                               |                                                                        |                                                                           |                                                                                      |                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|
| 1. Программные продукты, необходимые для освоения учебной дисциплины                                                                          |                                                                        |                                                                           |                                                                                      |                             |
| Наименование программного продукта (ПП)                                                                                                       |                                                                        | Виды учебных занятий и работ, в которых используется данный продукт       |                                                                                      |                             |
| Пакет офисных программ                                                                                                                        |                                                                        | BAPC                                                                      |                                                                                      |                             |
| 2. Информационные справочные системы, необходимые для реализации учебного процесса                                                            |                                                                        |                                                                           |                                                                                      |                             |
| Наименование справочной системы                                                                                                               |                                                                        | Доступ                                                                    |                                                                                      |                             |
| СПС «Консультант+»                                                                                                                            |                                                                        | <a href="http://www.consultant.ru/">http://www.consultant.ru/</a>         |                                                                                      |                             |
| 3. Специализированные помещения и оборудование, используемые в рамках информатизации учебного процесса                                        |                                                                        |                                                                           |                                                                                      |                             |
| Наименование помещения                                                                                                                        | Наименование оборудования                                              | Виды учебных занятий и работ, в которых используется данное помещение     |                                                                                      |                             |
| Учебная аудитория университета                                                                                                                | ПК, комплект мультимедийного оборудования                              | Лекции                                                                    |                                                                                      |                             |
| 4. Электронные информационно-образовательные системы (ЭИОС)                                                                                   |                                                                        |                                                                           |                                                                                      |                             |
| Наименование ЭИОС                                                                                                                             | Доступ                                                                 | Виды учебных занятий и работ, в которых используется данная система       |                                                                                      |                             |
| ИОС ОмГАУ-Moodle                                                                                                                              | <a href="http://do.omgau.ru">http://do.omgau.ru</a>                    | Ссамостоятельная работа студента                                          |                                                                                      |                             |
| 4.1 Соотношение объема занятий, проводимых в форме контактной работы обучающихся с преподавателем и занятий, проводимых с применением ЭО, ДОТ |                                                                        |                                                                           |                                                                                      |                             |
| Вид учебной работы                                                                                                                            | Контактная работа, час                                                 |                                                                           |                                                                                      |                             |
|                                                                                                                                               | Всего по УП                                                            | Из них:                                                                   |                                                                                      |                             |
|                                                                                                                                               |                                                                        | Аудиторные занятия <sup>2</sup>                                           | Электронное обучение <sup>3</sup>                                                    | Обучение с ДОТ <sup>4</sup> |
| Направления подготовки 20.03.01, 38.03.01, 38.03.02                                                                                           |                                                                        |                                                                           |                                                                                      |                             |
| Лекции                                                                                                                                        | 2                                                                      | -                                                                         | -                                                                                    | 2                           |
| Практические (включая семинары)                                                                                                               | 2                                                                      | 2                                                                         | -                                                                                    | -                           |
| Лабораторные                                                                                                                                  | -                                                                      | -                                                                         | -                                                                                    | -                           |
| Итого                                                                                                                                         | 4                                                                      | 2                                                                         | -                                                                                    | 2                           |
| 5. ЦИФРОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине                                                |                                                                        |                                                                           |                                                                                      |                             |
| Наименование цифровой технологии (ЦТ)                                                                                                         | Наименование цифровой компетенции, в освоении которой задействованы ЦТ | Материально-техническая база, обеспечивающая освоение цифровой технологии | Наименование специализированного помещения, используемого для реализации освоения ЦТ |                             |
| -                                                                                                                                             | -                                                                      | -                                                                         | -                                                                                    |                             |

<sup>2</sup> Учебное занятие, проводимое путем непосредственного взаимодействия педагогического работника с обучающимися в аудитории.

<sup>3</sup> Учебное занятие, проводимое посредством ресурсов электронной информационно-образовательной среды и цифровых образовательных сервисов (Лекция-форум, Лекция-тест, Занятие-форум, Занятие-комментарий, Занятие-тренажер), при котором обучающийся изучает материалы и выполняет задания в порядке, определенным педагогическим работником. Учебное занятие с применением ЭО может быть как отложенным во времени, так и проводимым в режиме реального времени.

<sup>4</sup> Учебное занятие, проводимое в формате видеоконференцсвязи (опосредованное взаимодействие педагогического работника с обучающимися (на расстоянии)).

**МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ  
УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

| Наименование объекта             | Оснащенность объекта                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Лекционные аудитории Омский ГАУ. | Комплект стационарного мультимедийного оборудования                                                                                                                                                                             |
| Учебные аудитории Омский ГАУ.    | Спирометр суховоздушный – 1 шт.<br>Динамометр ручной – 1 шт.<br>Тонометр медицинский – 1 шт.<br>Стетоскоп медицинский – 1 шт.<br>Секундомер – 3 шт.<br>Ростомер – 1 шт.<br>Весы напольные – 2 шт.<br>Сантиметровая лента – 3 шт |

## МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПРЕПОДАВАТЕЛЯМ по дисциплине Физическая культура и спорт

### Формы организации учебной деятельности по дисциплине:

По итогам изучения дисциплины осуществляется аттестация обучающихся в форме зачета.

Учитывая значимость дисциплины «Физическая культура и спорт» к ее изучению предъявляются следующие организационные требования:

- обязательное посещение обучающимся всех видов теоретических и практических занятий; ведение конспекта в ходе лекционных занятий; качественная самостоятельная подготовка к практическим занятиям, активная работа на них
- активная, ритмичная внеаудиторная работа обучающегося; своевременная сдача преподавателю практической и расчетно-аналитических работ.

### 7.1. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ЛЕКЦИОННЫХ ЗАНЯТИЙ

Специфика дисциплины

«Физическая культура и спорт» состоит в том, что рассмотрение теоретических вопросов на лекциях тесно связано с практическими занятиями. В этих условиях на лекциях особенно большое значение имеет реализация следующих задач:

- 1) глубокое осмысливание ряда понятий и положений, введенных в теоретическом курсе;
- 2) раскрытие прикладного значения теоретических сведений;
- 3) развитие творческого подхода к решению практических и некоторых теоретических вопросов;

- 4) закрепление полученных знаний путем практического использования;

Наряду с перечисленными выше образовательными целями, лекционные занятия должны преследовать и важные цели воспитательного характера, а именно:

- а) воспитание настойчивости в достижении конечной цели;
- б) воспитание дисциплины ума, аккуратности, добросовестного отношения к работе;
- в) воспитание критического отношения к своей деятельности, умения анализировать свою работу, искать оптимальный путь решения, находить свои ошибки и устранять их.

При изложении материала учебной дисциплины, преподавателю следует обратить внимание, на то, что бы обучающиеся получили определенное знание по физической культуре. Преподаватель должен четко дать связанное, последовательное изложение материала в соответствии с новейшими данными науки, представить обучающимся основное ее содержание в сжатом, систематизированном виде. Преподаватель должен излагать учебный материал с позиций междисциплинарного подхода, давать четкие определения понятийного аппарата, который используется при изучении дисциплины.

В учебном процессе преподаватель должен использовать активные и интерактивные формы обучения обучающихся, которые должны опираться на творческое мышление обучающихся, в наибольшей степени активизировать познавательную деятельность, делать их соавторами новых идей, приучать их самостоятельно принимать оптимальные решения и способствовать их реализации.

В аудиторной работе с обучающимися предполагаются следующие формы проведения лекций:

*Вводная лекция* открывает лекционный курс по предмету. На этой лекции четко и ярко показывается теоретическое и прикладное значение предмета, его связь с другими предметами, роль в понимании (видении) мира, в подготовке специалиста.

*Обзорная лекция* содержит краткую, в значительной мере обобщенную информацию об определенных однородных (близких по содержанию) программных вопросах.

*Проблемная лекция* предполагает изложение материала через проблемность вопросов, задач или ситуаций. При этом процесс познания происходит в научном поиске, диалоге и сотрудничестве с преподавателем в процессе анализа и сравнения точек зрения и т. д.

### 7.2. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

По дисциплине рабочей программой предусмотрены практические занятия, которые проводятся в следующих формах: работа в малых группах, индивидуальные задания и под контролем преподавателя.

## КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

## 1. Требование ФГОС

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                            |                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
| Численность педагогических работников, участвующих в реализации программы, и лиц, привлекаемых к реализации программы на иных условиях (исходя из количества замещаемых ставок, приведенного к целочисленным значениям), должны вести научную, учебно-методическую и (или) практическую работу, соответствующую профилю преподаваемой дисциплины (модуля).                                                                                                                                                      | 05.03.06, 19.03.01, 19.03.02, 19.03.03, 20.03.01, 20.03.02, 21.03.02, 21.03.03, 21.05.01, 23.03.03, 27.03.01, 35.03.01, 36.05.01, 38.03.01, 38.03.02, 40.03.01                                                             | Не менее 70 процентов |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 09.03.02, 35.03.03, 35.03.04, 35.03.05, 35.03.06, 35.03.11, 36.03.01, 36.03.02                                                                                                                                             | Не менее 60 процентов |
| Численность педагогических работников, участвующих в реализации программы, и лиц, привлекаемых к реализации программы на иных условиях (исходя из количества замещаемых ставок, приведенного к целочисленным значениям), должны являться руководителями и (или) работниками иных организаций, осуществляющими трудовую деятельность в профессиональной сфере, соответствующей профессиональной деятельности, к которой готовятся выпускники (иметь стаж работы в данной профессиональной сфере не менее 3 лет). | Все направления подготовки                                                                                                                                                                                                 | Не менее 5 процентов  |
| Численность педагогических работников и лиц, привлекаемых к образовательной деятельности на иных условиях (исходя из количества замещаемых ставок, приведенного к целочисленным значениям), должны иметь ученую степень (в том числе ученую степень, полученную в иностранном государстве и признаваемую в Российской Федерации) и (или) ученое звание (в том числе ученое звание, полученное в иностранном государстве и признаваемое в Российской Федерации)                                                  | 05.03.06, 19.03.01, 19.03.03, 20.03.01, 20.03.02, 21.03.02, 21.03.03, 21.05.01, 23.03.03, 27.03.01, 35.03.01, 35.03.03, 35.03.04, 35.03.05, 35.03.06, 35.03.11, 36.03.01, 36.03.02, 36.05.01, 38.03.01, 38.03.02, 40.03.01 | Не менее 60 процентов |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 09.03.02, 19.03.02                                                                                                                                                                                                         | Не менее 50 процентов |

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**  
**представлен отдельным документом**

**ИЗМЕНЕНИЯ И ДОПОЛНЕНИЯ**  
**к рабочей программе дисциплины Физическая культура и спорт**

**Ведомость изменений**

| №<br>п/п | Вид обновлений | Содержание изменений, вносимых в ОПОП | Обоснование<br>изменений |
|----------|----------------|---------------------------------------|--------------------------|
| 1        |                |                                       |                          |
| 2        |                |                                       |                          |
| 3        |                |                                       |                          |
| 4        |                |                                       |                          |
| 5        |                |                                       |                          |
| 6        |                |                                       |                          |
| 7        |                |                                       |                          |
| 8        |                |                                       |                          |
| 9        |                |                                       |                          |
| 10       |                |                                       |                          |
| 11       |                |                                       |                          |