

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о подписи:

ФИО: Комарова Светлана Юриевна

Должность: Проректор по образовательной деятельности

Дата подписания: 11.09.2025 08:10:28

Уникальный программный ключ:

43ba42f5deae4116bbfcb9ac98e59108051227e81add207cbee4149f2098d7a

**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

Внутренние эксперты:

Председатель МК,
канд.экон.наук, доцент

Начальник управления информационных технологий

Заведующий методическим отделом УМУ
Директор НСХБ

 Л.П. Пягай

 М.В. Васюкова

 П.И. Ревякин

 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 изучения¹.

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.

¹ 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
	Универсальные компетенции					
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. 2. Сформированность компетенции в целом соответствует требованиям. Имеющихся знаний, умений, навыков и мотивации в целом достаточно для решения стандартных практических (профессиональных) задач. 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 _{УК-7}	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. 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. 3. Понимает ценности физической культуры и спорта; значение физической культуры в жизнедеятельности человека; полностью осознает культурное, историческое наследие в области физической культуры.			Опрос Расчетно-аналитическая работа Контрольная работа для очно-заочной, заочной формы обучения 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. 2. Частично способен оценить современное состояние физической культуры и спорта в мире. Имеет представление о здоровом образе жизни. 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. 2. Владеет навыками систематических занятий физическими упражнениями, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья 3. Способен систематически заниматься физическими упражнениями, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья			

	ИД-2 _{УК-7}	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. 2. Знает несколько методов контроля и оценки физического развития и физической подготовленности. 3. Знает методы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности.	Опрос Расчетно-аналитическая работа Контрольная работа для очно-заочной, заочной формы обучения 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. 2. Частично владеет подбором необходимых прикладных физических упражнений. 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. 2. Частично владеет методами самодиагностики и самооценки физического развития и физической подготовленности. 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
1. Контактная работа						
1.1. Аудиторные занятия, всего	8	-	4/2	-	-	-
- лекции	4	-	0/2	-	-	-
- практические занятия (включая семинары)	4	-	2	-	4	-
- лабораторные работы	-	-	-	-	-	-
1.2. Консультации (в соответствии с учебным планом)	-	-	-	-	-	-
2. Внеаудиторная академическая работа	64		68		68	
2.1 Фиксированные виды внеаудиторных самостоятельных работ:	6	-	6	-	6	-
Выполнение и сдача/защита индивидуального/группового задания в виде**						
- расчетно-аналитических работ	6	-	-	-	-	-
- контрольная работа	-	-	6	-	6	-
2.2 Самостоятельное изучение тем/вопросов программы	40	-	44	-	48	-
2.3 Самоподготовка к аудиторным занятиям	4	-	4	-	-	-
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):	14	-	14		14	
3. Получение зачёта по итогам освоения дисциплины						
ОБЩАЯ трудоемкость дисциплины:	Часы	72	-	72	-	72
	Зачетные единицы	2	-	2	-	-

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 раздела дисциплины. Укрупненные темы раздела		общая	Трудоемкость раздела и ее распределение по видам учебной работы, час.						формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации	№№ компетенций, на формирование которых ориентирован раздел	
			Контактная работа					ВАРС			
			Аудиторная работа			Консультации (в соответствии с учебным планом)					
			всего	лекции	занятия		практические (всех форм)	лабораторные			
всего	фиксированные виды										
		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Очная форма обучения											
1	1. Теоретические основы физической культуры и спорта					-	-			Тест	УК 7
	1.1 Физическая культура и спорт в профессиональной подготовке выпускников вузов	8	2	2	-	-	-	6	-		
	1.2. Анатомо-морфологическое строение и основные физиологические функции организма, обеспечивающие двигательную активность человека	8	2	2	-	-	-	6	-		
	1.3. Общая и специальная физическая подготовка обучающихся в образовательном процессе	8	-	-	-	-	-	8	-		
	1.4. Спортивная подготовка обучающихся в образовательном процессе	8	-	-	-	-	-	8	-		
2	2.Исследование и оценка организма занимающихся физической культурой и спортом										
	2.1 Исследование и оценка физического развития и физической подготовленности	20	2	-	2	-	-	18	6	Опрос, Расчетно- аналитиче- ская работа	УК 7
	2.2. Исследование и оценка функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем при физических нагрузках	20	2	-	2	-	-	18		Опрос, Расчетно- аналитиче- ская 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 физической культуры и спорта					-	-			Тест	УК 7
	1.1 Физическая культура и спорт в профессиональной подготовке выпускников вузов	8	2	0/2	-	-	-	6	-		
	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	-		
	2. Исследование и оценка организма занимающихся физической культурой и спортом										
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	72	4	2	2	-	-	68	6		
	Заочная форма обучения										
	1. Теоретические основы физической культуры и спорта					-	-				
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	-		
	2. Исследование и оценка организма занимающихся физической культурой и спортом										
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	72	4	-	4	-	-	68	6		

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 / Примерные вопросы на обсуждение (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 - 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 - Исследование координационных способностей.	2	-	2	малых группах	
		Тема 2.2: Исследование функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем при физических нагрузках - Методика пульсометрии в покое - Методика измерения артериального давления	-	-	-	Работа в малых группах	ОСП
		Тема 2.2: Исследование функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем при физических нагрузках - Методика проведения исследования системы внешнего дыхания (эксперсия 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/ вопрос в составе темы раздела, вынесенные на самостоятельное изучение	Расчетная трудоемкость , час.	Форма текущего контроля по теме
очная форма обучения			
2	Тема: Исследование и оценка физического развития, физической подготовленности - Исследование и оценка физического развития по методу индексов. - Исследование и оценка физического развития по методу стандартов. - Определение уровня физической подготовленности методом педагогического тестирования Тема: Исследование функционального состояния кардио-респираторной системы при физических нагрузках - Функциональные пробы для сердечно-сосудистой системы дозированной физической нагрузкой. - 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/ вопрос в составе темы раздела, вынесенные на самостоятельное изучение	Расчетная трудоемкость , час.	Форма текущего контроля по теме
2	Тема: Исследование и оценка физического развития. - Метод индексов - Метод стандартов Исследование и оценка физической подготовленности. - Методы исследования физических качеств (тесты) Тема: Исследование функционального состояния кардио-респираторной системы при физических нагрузках - Дыхательные гипоксические пробы - Трехмоментная проба Летунова. - Функциональные пробы для сердечно-сосудистой системы дозированной физической нагрузкой. - 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
очная форма обучения			
1	Тема 1.1. Физическая культура и спорт в профессиональной подготовке выпускников вузов. - Какие физические качества Вам необходимо развивать для будущей профессиональной деятельности? - 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 - Основные средства и методы совершенствования силовых способностей. - Основные средства и методы совершенствования быстроты. - Основные средства и методы совершенствования выносливости. - Основные средства и методы совершенствования ловкости. - Основные средства и методы совершенствования гибкости.	8	Опрос
1	Тема 1.4: Спортивная подготовка обучающихся в образовательном процессе - Состояние организма человека при занятиях спортом. - Основные средства и методы технической подготовки спортсменов. - Основные средства и методы технико-тактической подготовки. - Основные средства и методы психологической подготовки. - Утомление и средства восстановления спортсменов.	8	Опрос
2	Тема 2.1 Исследование и оценка физического развития и физической подготовленности - Исследование и оценка физического развития методом антропометрии; - 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 - Исследование реакции ССС на дозированную физическую нагрузку. - Исследование реакции ДС на дозированную физическую нагрузку.	6	Опрос
очно-заочная форма обучения			
1	Тема 1.1. Физическая культура и спорт в профессиональной подготовке выпускников вузов. - Какие физические качества Вам необходимо развивать для будущей профессиональной деятельности? - 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 - Основные средства и методы совершенствования силовых способностей. - Основные средства и методы совершенствования быстроты. - Основные средства и методы совершенствования выносливости. - Основные средства и методы совершенствования ловкости. - Основные средства и методы совершенствования гибкости.	8	Опрос
1	Тема 1.4: Спортивная подготовка обучающихся в образовательном процессе - Состояние организма человека при занятиях спортом. - Основные средства и методы технической подготовки спортсменов. - Основные средства и методы технико-тактической подготовки. - Основные средства и методы психологической подготовки. - Утомление и средства восстановления спортсменов.	8	Опрос
2	Тема 2.1 Исследование и оценка физического развития и физической подготовленности - Исследование и оценка физического развития методом антропометрии; - 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 - Исследование реакции CCC на дозированную физическую нагрузку. - Исследование реакции ДС на дозированную физическую нагрузку.	6	Опрос
заочная форма обучения			
1	1.1 Физическая культура и спорт в профессиональной подготовке выпускников вузов. - Какие физические качества Вам необходимо развивать для будущей профессиональной деятельности? - 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 - Основные средства и методы совершенствования силовых способностей. - Основные средства и методы совершенствования быстроты. - Основные средства и методы совершенствования выносливости. - Основные средства и методы совершенствования ловкости. - Основные средства и методы совершенствования гибкости.	8	Опрос
1	Тема 1.4: Спортивная подготовка обучающихся в образовательном процессе - Состояние организма человека при занятиях спортом. - Основные средства и методы технической подготовки спортсменов. - Основные средства и методы технико-тактической подготовки. - Основные средства и методы психологической подготовки. - Утомление и средства восстановления спортсменов.	8	Опрос

2	Тема 2.1 Исследование и оценка физического развития и физической подготовленности - Исследование и оценка физического развития методом антропометрии; - 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 - Исследование реакции CCC на дозированную физическую нагрузку. - Исследование реакции ДС на дозированную физическую нагрузку.	8	Опрос
Примечание: - 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
Очная форма обучения				
Практическое занятие	Подготовка по темам практических занятий	План практических занятий; Задания преподавателя, выдаваемые в конце предыдущего занятия	1. Рассмотрение вопросов по заданной теме. Изучение литературы по вопросам практического занятия в т. ч. материалов MOOK «Физическая культура». Платформа - ОмГАУ-Moodle. ВУЗ разработчик - ФГАОУ ВО Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого, доступ – https://openedu.ru/course/spbstu/PHYS_CUL/ 2. Подготовка ответов на вопросы, написание конспекта	4
Очно-заочная форма обучения				
Практическое занятие	Подготовка по темам практических занятий	План практических занятий; Задания преподавателя, выдаваемые в конце предыдущего занятия	3. Рассмотрение вопросов по заданной теме. Изучение литературы по вопросам практического занятия в т. ч. материалов MOOK «Физическая культура». Платформа - ОмГАУ-Moodle. ВУЗ разработчик - ФГАОУ ВО Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого, доступ – https://openedu.ru/course/spbstu/PHYS_CUL/ Подготовка ответов на вопросы, написание конспекта	4
Заочная форма обучения				
Практическое занятие	Подготовка по темам практических занятий	План практических занятий; Задания преподавателя, выдаваемые в конце предыдущего занятия	4. Рассмотрение вопросов по заданной теме. Изучение литературы по вопросам практического занятия в т. ч. материалов MOOK «Физическая культура». Платформа - ОмГАУ-	4

			Moodle. ВУЗ разработчик - ФГАОУ ВО Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого, доступ – https://openedu.ru/course/spbstu/PHYS_CUL/ 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
Очная форма обучения			
Итоговый тест	фронтальный	Влияние физической культуры и спорта на укрепление здоровья и профилактику профессиональных заболеваний	14
Очно-заочная форма обучения			
Итоговый тест	фронтальный	Влияние физической культуры и спорта на укрепление здоровья и профилактику профессиональных заболеваний	14
Заочная форма обучения			
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 промежуточной аттестации обучающихся по итогам изучения дисциплины	
Цель промежуточной аттестации -	установление уровня достижения каждым обучающимся целей и задач обучения по данной дисциплине, изложенным в п.2.2 настоящей программы
Форма промежуточной аттестации -	зачёт
Место процедуры получения зачёта в графике учебного процесса	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
Основные условия получения обучающимся зачёта:	1) обучающийся выполнил все виды учебной работы (включая самостоятельную) и отчитался об их выполнении в сроки, установленные графиком учебного процесса по дисциплине; 2) прошёл заключительное тестирование;
Процедура получения зачёта -	Представлены в Фонде оценочных средств по данной учебной дисциплине (см. – Приложение 9)
Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков:	

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 актуализируется 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

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

Подпись: *О.В. Мараховская*
 Заверено: *Н.В. Мараховская*
 Начальник управления персоналом
 Управление
 Омский государственный университет
 Омск

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

ПЕРЕЧЕНЬ литературы, рекомендуемой для изучения дисциплины Физическая культура и спорт	
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: https://znanium.ru/catalog/product/1945375 . – Режим доступа: по подписке.	http://znanium.com
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: https://e.lanbook.com/book/136154 . — Режим доступа : для авториз. пользователей.	http://e.lanbook.com
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: https://e.lanbook.com/book/326438 . — Режим доступа: для авториз. пользователей.	http://e.lanbook.com
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: https://znanium.com/catalog/product/511522 . – Режим доступа: по подписке.	http://znanium.com
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: https://znanium.ru/catalog/product/2098104 . – Режим доступа: по подписке.	http://znanium.com
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**

1. Удаленные электронные сетевые учебные ресурсы временного доступа, сформированные на основании прямых договоров с правообладателями (электронные библиотечные системы - ЭБС), информационные справочные системы		
Наименование		Доступ
Электронно-библиотечная система «ZNANIUM.COM»		http://znanium.com
Электронно-библиотечная система «Издательства Лань»		http://e.lanbook.com
Электронно-библиотечная система «Консультант студента»		http://www.studentlibrary.ru
Универсальная база данных ИВИС		https://evis.ru
Электронно-библиотечная система "Рукопт"		https://lib.rucont.ru/search
Справочная правовая система КонсультантПлюс		http://www.consultant.ru
2. Электронные сетевые ресурсы открытого доступа (профессиональные базы данных, массовые открытые онлайн-курсы и пр.):		
Профессиональные базы данных		https://clck.ru/MC8Aq
ФГАОУ ВО Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого «Физическая культура»		https://openedu.ru/course/spbstu/PHYSCUL/
3. Электронные учебные и учебно-методические ресурсы, подготовленные в университете:		
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.	http://e.lanbook.com

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

1. Учебно-методическая литература		
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: https://znanium.ru/catalog/product/1945375 . — Режим доступа: по подписке.	http://znanium.com
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: https://e.lanbook.com/book/136154 . — Режим доступа : для авториз. пользователей.	http://e.lanbook.com
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: https://znanium.ru/catalog/product/2098104 . — Режим доступа: по подписке.	http://znanium.com
2. Учебно-методические разработки на правах рукописи		
Автор(ы)	Наименование	Доступ
А. В. Холопов, 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+»		http://www.consultant.ru/		
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	http://do.omgau.ru	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 ²	Электронное обучение ³	Обучение с ДОТ ⁴
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	
-	-	-	-	

² Учебное занятие, проводимое путем непосредственного взаимодействия педагогического работника с обучающимися в аудитории.

³ 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.

⁴ 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. Динамометр ручной – 1 шт. Тонометр медицинский – 1 шт. Стетоскоп медицинский – 1 шт. Секундомер – 3 шт. Ростомер – 1 шт. Весы напольные – 2 шт. 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

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