

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Махаева Наталья Юрьевна
Должность: Проректор по учебной и воспитательной работе, молодежной политике ФГБОУ ВО "Ярославский ГАУ"
Дата подписания: 30.01.2026 09:15:09
Уникальный программный ключ:
fa349ae3f25a45643d89cfb67187284ea10f48e8

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Ярославский государственный аграрный университет»
(ФГБОУ ВО «Ярославский ГАУ»)

Проректор по учебной, воспитательной работе и
молодежной политике
ФГБОУ ВО «Ярославский ГАУ»,
Н.Ю. Махаева
01 июля 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.О.08 Физическая культура и спорт
Индекс дисциплины «Номинальное наименование дисциплины»

Код и направление подготовки	35.03.07 Технологии хранения и переработки сельскохозяйственной продукции
Направленность (профиль)	Технология производства и переработки сельскохозяйственной продукции
Квалификации	бакалавр
Форма обучения	очная
Год начала подготовки	2025
Факультет	Агротехнологический
Выпускающая кафедра	Технологии производства и переработки сельскохозяйственной продукции
Кафедра-разработчик	Гуманитарные дисциплины
Объем дисциплины, ч. / з.е.	72/2
Форма контроля (промежуточная аттестация)	зачеты

Ярославль, 2025 г.

При разработке рабочей программы дисциплины (далее – РПД) «*Физическая культура и спорт*» в основу положены:

1. Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 35.03.07 *Технологии хранения и переработки сельскохозяйственной продукции*, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации 17 июля 2017 г. № 669, с изменениями, внесенными приказами Минобрнауки от 26 ноября 2020 г. № 1456, от 8 февраля 2021 г. № 83, от 19 июля 2022 г. № 662, от 27 февраля 2023 г. № 208;

2. Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 08.02.2021 г. № 83 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования – бакалавриат по направлениям подготовки»;

3. Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 26 ноября 2020 г. № 1456 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования» (зарегистрирован в Минюсте России 27.05.2021 г. № 63650);

4. Учебный план по направлению подготовки 35.03.07 *Технология хранения и переработки сельскохозяйственной продукции*, профиль «*Технология хранения и переработки сельскохозяйственной продукции*» одобрен Ученым советом ФГБОУ ВО Ярославский ГАУ «03» марта 2025 г. Протокол № 2. Период обучения: 2025 – 2030 гг.

Преподаватель-разработчик:

 (подпись)	<u>доцент, к.и.н.</u> (подпись, должность, ученая степень, звание)	<u>Варфоломеева Д.Е.</u> (Фамилия И.О.)
--	---	--

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и одобрена на заседании кафедры «Гуманитарные дисциплины» «06» июня 2025 г. Протокол № 11.

Заведующий кафедрой	 (подпись)	<u>к.э.н., доцент</u> (ученая степень, звание)	<u>Битыкова Н.В.</u> (Фамилия И.О.)
---------------------	--	---	--

Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании учебно-методической комиссии агротехнологического факультета «16» июня 2025 г. Протокол № 10.

Председатель УМК агротехнологического факультета	 (подпись)	<u>к.с.-х.н.</u> (ученая степень, звание)	<u>Козмин Р.Е.</u> (Фамилия И.О.)
--	--	--	--------------------------------------

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель образовательной программы	 (подпись)	<u>д.б.н., доцент Чугреев М.К.</u> (ученая степень, звание, Фамилия И.О.)
Заведующий выпускающей кафедрой	 (подпись)	<u>д.б.н., доцент Чугреев М.К.</u> (ученая степень, звание, Фамилия И.О.)
Отдел комплектования библиотеки	 (подпись)	<u>Литуйкова Н.О.</u> (Фамилия И.О.)
Декан агротехнологического факультета	 (подпись)	<u>к.с.-х.н., доцент Иванова М.Ю.</u> (ученая степень, звание, Фамилия И.О.)

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

№ п/п	Наименование раздела (подраздела)	Стр.
1	Цель и задачи освоения дисциплины	5
2	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	6
2.1	Универсальные компетенции и индикаторы их достижения	6
3	Место дисциплины в структуре образовательной программы	8
4	Структура дисциплины и распределение её трудоёмкости (на одного обучающегося)	8
5	Содержание дисциплины	8
5.1	Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий	8
5.2	Разделы дисциплины по видам аудиторной (контактной) работы и формы контроля	9
5.3	Практические занятия	9
6	Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине	10
6.1	Виды самостоятельной работы обучающихся	10
6.2	Методические указания (для самостоятельной работы)	10
7	Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине	10
7.1	Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения ОПОП ВО	11
7.2	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	12
7.3	Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы	18
7.3.1	Типовые задания для проведения текущего контроля и рубежного тестирования	18
7.3.2	Типовые задания для проведения промежуточной аттестации (зачета)	19
7.4	Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций	20
8	Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	21
8.1	Основная учебная литература	21

№ п/п	Наименование раздела (подраздела)	Стр.
8.2	Дополнительная учебная литература	22
9	Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»	23
9.1	Перечень электронно-библиотечных систем	23
9.2	Перечень рекомендуемых интернет-сайтов по дисциплине	23
10	Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	23
11	Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем	24
11.1	Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения учебного процесса	24
11.2	Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем	24
11.3	Доступ к сети интернет	24
12	Материально-техническое обеспечение обучения по дисциплине	25
13	Перечень образовательных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине	26
	Приложения	
	Приложение 1. Аннотация рабочей программы дисциплины	28

1 Цель и задачи освоения дисциплины

Целью изучения дисциплины *«Физическая культура и спорт»* является формирование физической культуры личности, приобретение опыта творческого использования средств и методов физической культуры и спорта, создание устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни и физическому самосовершенствованию, обеспечение психофизической готовности к будущей профессиональной деятельности обучающихся.

Задачи:

- понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

2 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Изучение данной дисциплины *«Физическая культура и спорт»* направлено на формирование у обучающихся универсальной компетенции (УК-7):

2.1 Универсальные компетенции и индикаторы их достижения

Категория (группа) универсальных компетенций	Код компетенции	Содержание компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции		
			знать	уметь	владеть
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.		
			Научно-практические основы физической культуры, здорового образа и стиля жизни. Виды физических упражнений для развития физических качеств. Способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности.	Использовать научно-практические основы физической культур, принципы здорового образа и стиля жизни. Использовать систему физических упражнений для развития физических качеств с учетом состояния здоровья и физической подготовленности. Использовать способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности.	Навыками применения полноценного здорового образа и стиля жизни. Навыками выполнения различного вида физических упражнений, форм двигательной деятельности, направленных на укрепление здоровья, обучения двигательным действиям и развитию физических качеств. Навыками самодиагностики и оценки физического развития и физической подготовленности.

			УК-7.2. Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.		
			Разнообразие средств физической культуры и спорта для укрепления и сохранения здоровья. Содержание и направленность, методические основы различных систем физических упражнений, их оздоровительную и развивающую психофизическую прикладную эффективность в рамках подготовки и самоподготовки будущей жизни и профессиональной деятельности.	Использовать на практике разнообразные средства физической культуры и спорта самостоятельно. Применять различные виды прикладных физических упражнений для совершенствования физических качеств и адаптации к различным условиям профессиональной деятельности. Творчески использовать средства и методы физического воспитания для профессионального личностного развития, физического совершенствования, формирования здорового образа жизни.	Навыками опыта самостоятельного выбора здоровьесберегающих технологий, средств и методов воспитания и контроля прикладных физических качеств (выносливости, быстроты, силы, гибкости, ловкости), необходимых для успешного выполнения профессиональных задач, профессионального личностного развития, физического совершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.

3 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «*Физическая культура и спорт*» относится к обязательной части программы бакалавриата.

4 Структура дисциплины и распределение её трудоёмкости (на одного обучающегося)

Вид учебной работы	Всего	За 1 курс
	часов	часов
1. Контактная работа при проведении учебных занятий, всего (Лек + Лаб + Пр + КСР)* в том числе:	4,6	4,6
Практические занятия (Пр)	4	4
Проведение консультаций по учебной дисциплине (КСР)	0,6	0,6
2. Самостоятельная работа, всего (СР + контроль)* в том числе:	67,2	67,2
Самостоятельная работа при подготовке к зачету	3,8	3,8
Прочие виды самостоятельной работы (подготовка к лекциям, лабораторным, практическим занятиям)	63,4	63,4
3. Контактная работа при проведении промежуточной аттестации, всего	0,2	0,2
Сдача зачета по дисциплине (К)*	0,2	0,2
Общая трудоёмкость дисциплины в часах:	72	72
в том числе в форме практической подготовки	-	-
Общая трудоёмкость дисциплины в зачётных единицах:	2	2

* Лек, Лаб, Пр, КСР, К, СР, Кэ, контроль – условные обозначения видов учебной работы в соответствии с учебным планом

5. Содержание учебной дисциплины

5.1 Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

№ раздела	Название раздела дисциплины	Формируемые компетенции	Виды учебной работы и их трудоемкость, часы							
			Контактная работа при проведении учебных занятий					Самостоятельная работа		Всего часов
			Лек	Лаб	Пр	в т.ч. в форме практической подготовки	КСР	СР	Контроль	
1	Физическая культура и спорт с элементами спортивных игр	УК-7		-	4	-	0,6	63,4	3,8	71,8
	Промежуточная аттестация: (зачет)	УК-7				-				0,2
	Итого по дисциплине:	УК-7		-	4	-	0,6	63,4	3,8	72

5.2 Разделы дисциплины по видам аудиторной (контактной) работы и формы контроля

№ п/п	№ курса	Наименование раздела дисциплины	Виды учебных занятий (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости ¹
			Лек	Лаб	Пр	
1	1	Физическая культура и спорт с элементами спортивных игр	-	-	4	Сн
		Итого за курс:	-	-	4	
		ИТОГО:			4	

Сн – сдача контрольных нормативов

5.3 Практические занятия

№ п/п	№ курса	Наименование раздела дисциплины	Наименование практических занятий	Всего часов
1	1	Физическая культура и спорт с элементами спортивных игр	Развитие общей выносливости Развитие ловкости Развитие координационной выносливости Совершенствование ловкости	4
Итого за 1 курс:				4
ИТОГО:				4

6 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

6.1 Виды самостоятельной работы обучающихся

№ п/п	№ курса	Наименование раздела дисциплины	Виды СР	Всего часов
1	2	3	4	5
1	1	Физическая культура и спорт с элементами спортивных игр	Подготовка к практическим занятиям и сдаче нормативов	63,4
			Подготовка к письменному тестированию	
Самостоятельная работа при подготовке к зачету				3,8
Итого часов за 1 курс:				67,2
ИТОГО:				67,2

6.2 Методические указания (для самостоятельной работы)

В процессе самостоятельной работы при подготовке к практическим занятиям, включающие спортивные игры, обучающиеся могут воспользоваться методическими указаниями «Спортивные игры на занятиях физической культурой в вузе. МУ по дисциплине Физическая культура (Раздел Спортивные игры) [Электронный ресурс] / Сост. Д.А. Курин, А.В. Буриков, Г.И. Плющев, С.Д. Глазуненко, Ярославль, ФГБОУ ВПО ЯГСХА, 2013, 132 с. – Режим доступа: <https://yaragrovuz.ru/index.php/biblioteka>., требуется авторизация.

7 Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Фонд оценочных средств по дисциплине «*Физическая культура и спорт*» – комплект методических и контрольно измерительных материалов, предназначен для оценивания уровня сформированности компетенции (УК-7) на разных стадиях обучения на соответствие индикаторам достижения компетенций.

Фонд оценочных средств включает контрольные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по завершению периода обучения.

Текущий контроль успеваемости обеспечивает оценивание хода освоения дисциплины и проводится в виде *сдачи* спортивных нормативов компьютерного или бланочного тестирования.

Промежуточная аттестация имеет целью определить степень достижения запланированных результатов обучения по дисциплине за определенный период обучения (1 курс) и проводится в форме зачета (1 курс).

7.1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения ОПОП ВО

№ курса	Этапы формирования и проверки уровня сформированности компетенций по дисциплинам, практикам в процессе освоения ОПОП ВО
УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	
1	Физическая культура и спорт
5	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена
5	Выполнение и защита выпускной квалификационной работы

7.2 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Компетенции		планируемые результаты обучения	Образовательные технологии формирования компетенции	Форма оценочного средства	Уровень сформированности компетенции			
Код	Содержание				высокий	средний	ниже среднего	Низкий (пороговый уровень не достигнут)
					Шкалы оценивания			
					отлично/зачтено	хорошо/зачтено	удовлетворительно/зачтено	неудовлетворительно/не зачтено
1	2	3	4	5	6	7	8	9
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и	УК-7.1 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни. Знать: Научно-практические основы физической культуры, здорового образа и стиля жизни. Виды физических упражнений для развития физических качеств.	Практические занятия, самостоятельная работа.	Выполнение контрольных упражнений (нормативов), зачет.	Знает: в полном объеме научно-практические основы физической культуры, здорового образа и стиля жизни; виды физических упражнений для развития физических качеств. Умеет: в полном объеме использовать научно-практические основы физической культуры, принципы здорового образа и стиля жизни; использовать	Знает: в неполном объеме научно-практические основы физической культуры, здорового образа и стиля жизни; виды физических упражнений для развития физических качеств. Умеет: в неполном объеме использовать научно-практические основы физической культуры, принципы здорового образа и	Знает: фрагментарно научно-практические основы физической культуры, здорового образа и стиля жизни; виды физических упражнений для развития физических качеств. Умеет: фрагментарное умение использовать научно-практические основы физической культуры, принципы здорового образа и	Не знает: уровень знаний ниже минимальных требований. Не умеет: при выполнении зачетных контрольных нормативов не выполнены минимальные требования

	Способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности. Уметь: Использовать научно-практические основы физической культур, принципы здорового образа и стиля жизни. Использовать систему физических упражнений для развития физических качеств с учетом состояния здоровья и физической подготовленности. Использовать способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности. Владеть: Навыками применения полноценного здорового образа и стиля жизни. Навыками выполнения различного вида физических упражнений, форм двигательной деятельности,			систему физических упражнений для развития физических качеств с учетом состояния здоровья и физической подготовленности; использовать способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности. Контрольные нормативы и тестирование выполнены на оценку «отлично» (среднее значение балла). Владеет: в полном объеме навыками применения полноценного здорового образа и стиля жизни; навыками выполнения различного вида физических упражнений, форм двигательной деятельности,	систему физических упражнений для развития физических качеств с учетом состояния здоровья и физической подготовленности; использовать способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности. Контрольные нормативы и тестирование выполнены на оценку «хорошо» (среднее значение балла). Владеет: в неполном объеме навыками применения полноценного здорового образа и стиля жизни; навыками выполнения различного вида физических упражнений, форм двигательной	стиля жизни; использовать систему физических упражнений для развития физических качеств с учетом состояния здоровья и физической подготовленности; использовать способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности. Контрольные нормативы и тестирование выполнены на оценку «удовлетворительн о» (среднее значение балла). Владеет: фрагментарное владение навыками применения полноценного здорового образа и стиля жизни; навыками выполнения	Не владеет: при выполнении контрольных нормативов не продемонстрированы базовые навыки, имели место грубые ошибки.
--	---	--	--	--	---	---	--

		направленных на укрепление здоровья, обучения двигательным действиям и развитию физических качеств. Навыками самодиагностики и оценки физического развития и физической подготовленности.			направленных на укрепление здоровья, обучения двигательным действиям и развитию физических качеств; навыками самодиагностики и оценки физического развития и физической подготовленности. Способен: поддерживать должный уровень физической подготовленности и для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.	деятельности, направленных на укрепление здоровья, обучения двигательным действиям и развитию физических качеств; навыками самодиагностики и оценки физического развития и физической подготовленности. Понимает: значение поддержания должного уровня физической подготовленности и для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдения норм здорового образа жизни.	различного вида физических упражнений, форм двигательной деятельности, направленных на укрепление здоровья, обучения двигательным действиям и развитию физических качеств; навыками самодиагностики и оценки физического развития и физической подготовленности.	
		УК-7.2 Использует основы физической культуры для осознанного выбора	Практические занятия, самостоятельная работа.	Выполнение контрольных упражнений (нормативов), зачет.	Знает: в полном объеме разнообразие средств физической	Знает: в неполном объеме разнообразие средств физической культуры и спорта для укрепления и	Знает: фрагментарно разнообразие средств физической культуры и спорта для укрепления и	Не знает: уровень знаний ниже минимальных требований.

		здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности. Знать: Разнообразие средств физической культуры и спорта для укрепления и сохранения здоровья. Содержание и направленность, методические основы различных систем физических упражнений, их оздоровительную и развивающую психофизическую прикладную эффективность в рамках подготовки и самоподготовки будущей жизни и профессиональной деятельности. Уметь: Использовать на практике разнообразные			культуры и спорта для укрепления и сохранения здоровья; содержание и направленность, методические основы различных систем физических упражнений, их оздоровительную и развивающую психофизическую прикладную эффективность в рамках подготовки и самоподготовки будущей жизни и профессиональной деятельности. Умеет: в полном объеме использовать на практике разнообразные средства физической культуры и спорта самостоятельного выбора; применять различные виды	сохранения здоровья; содержание и направленность, методические основы различных систем физических упражнений, их оздоровительную и развивающую психофизическую прикладную эффективность в рамках подготовки и самоподготовки будущей жизни и профессиональной деятельности. Умеет: в неполном объеме использовать на практике разнообразные средства физической культуры и спорта самостоятельного выбора; применять различные виды физических упражнений для совершенствовани	сохранения здоровья; содержание и направленность, методические основы различных систем физических упражнений, их оздоровительную и развивающую психофизическую прикладную эффективность в рамках подготовки и самоподготовки будущей жизни и профессиональной деятельности. Умеет: фрагментарное умение использовать на практике разнообразные средства физической культуры и спорта самостоятельного выбора; применять различные виды физических упражнений для совершенствовани	Не умеет: при выполнении контрольных нормативов не выполнены минимальные требования.
--	--	--	--	--	---	---	--	--

		средства физической культуры и спорта самостоятельного выбора. Применять различные виды прикладных физических упражнений для совершенствования физических качеств и адаптации к различным условиям профессиональной деятельности. Творчески использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического совершенствования, формирования здорового образа жизни. Владеть: Навыками опыта самостоятельного выбора здоровьесберегающих технологий, средств			прикладных физических упражнений для совершенствования физических качеств и адаптации к различным условиям профессиональной деятельности; творчески использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического совершенствования здорового образа жизни. Контрольные нормативы и тестирование выполнены на оценку «отлично» (среднее значение балла). Владеет: в полном объеме	адаптации к различным условиям профессиональной деятельности; творчески использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического совершенствования здорового образа жизни. Контрольные нормативы и тестирование выполнены на оценку «хорошо» (среднее значение балла). Владеет: в неполном объеме навыками опыта самостоятельного выбора здоровьесберегающих технологий, средств и методов	качеств и адаптации к различным условиям профессиональной деятельности; творчески использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического совершенствования здорового образа жизни. Контрольные нормативы и тестирование выполнены на оценку «удовлетворительно» (среднее значение балла). Владеет: фрагментарное владение навыками опыта самостоятельного выбора здоровьесберегаю	Не владеет: при выполнении контрольных нормативов не продемонстрированы базовые навыки, имели место грубые ошибки.
--	--	---	--	--	---	---	--	--

		и методов воспитания и контроля прикладных физических качеств (выносливости, быстроты, силы, гибкости, ловкости), необходимых для успешного выполнения профессиональных задач, профессионально-личностного развития, физического совершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.			навыками опыта самостоятельного выбора здоровьесберегающих технологий, средств и методов воспитания и контроля прикладных физических качеств (выносливости, быстроты, силы, гибкости, ловкости), необходимых для успешного выполнения профессиональных задач, профессионально-личностного развития, физического совершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни. Способен: использовать основы физической культуры для	воспитания и контроля прикладных физических качеств (выносливости, быстроты, силы, гибкости, ловкости), необходимых для успешного выполнения профессиональных задач, профессионально-личностного развития, физического совершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни. Понимает: значение поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессионально	щих технологий, средств и методов воспитания и контроля прикладных физических качеств (выносливости, быстроты, силы, гибкости, ловкости), необходимых для успешного выполнения профессиональных задач, профессионально-личностного развития, физического совершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.	
--	--	--	--	--	--	---	---	--

					осознанного выбора здоровьесберегаю щих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессионально й деятельности.	й деятельности и соблюдения норм здорового образа жизни.		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

7.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

7.3.1 Типовые задания для проведения текущего контроля и рубежного тестирования

Компетенция УК-7.1

Тестовые задания открытого типа:

1. Педагогический процесс направленный на обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и воспитание морально-волевых качеств принято называть **физическим воспитанием**.
2. Основной формой подготовки спортсмена является **тренировка**.
3. Способ держания спортивного снаряда, предмета в процессе выполнения упражнения называют **хват**.
4. Бег по пересеченной местности обозначают **кросс**.
5. Временное снижение работоспособности принято называть **усталостью**.

Тестовые задания закрытого типа:

1. К какому виду спорта из перечисленных относится спортивная дисциплина «Толкание ядра»?
А. Тяжелая атлетика.
Б. **Легкая атлетика**.
В. Современное пятиборье.
Г. Спортивная гимнастика.
Д. Художественная гимнастика.
2. Какой из перечисленных видов спорта является олимпийским?
А. Метание мобильного телефона на дальность.
Б. **Кёрлинг**.
В. Сумо.
Г. Прыжки через нарты.
Д. Американский футбол.

Компетенция УК-7.2

Тестовые задания открытого типа:

1. Основным средством физической культуры является **физическое упражнение**.
2. Метод организации деятельности занимающихся, предусматривающий одновременное выполнение несколькими группами разных заданий называется **групповой**.
3. Повышение устойчивости организма к влиянию внешних факторов происходит при использовании естественных сил природы в процессе **закаливания**.

4. Дисциплины, входящие в программу современного пятиборья: **стрельба из лазерного пистолета + бег 2 по 800 м. входят в одну общую часть, фехтование на шпагах, плавание, конный спорт.**

5. Наивысше спортивное звание – **«Заслуженный мастер спорта».**

Тестовые задания закрытого типа:

1. Какая из перечисленных беговых дистанций является классической?

А. 150 метров.

Б. 1852 метра.

В. 300 метров.

Г. 42 километра 195 метров.

Д. 500 метров.

2. Какое из перечисленных упражнений (1 вариант) входит в программу тяжелоатлетического двоеборья?

А. Жим.

Б. Швунг.

В. Рывок.

Г. Прыжок.

Д. Бросок.

7.3.2 Типовые задания для проведения промежуточной аттестации (зачета)

Компетенции:

УК – 7 – Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Контрольные нормативы

Задание 2. Выполнение контрольных упражнений по физической культуре и спорту с элементами спортивных игр (баскетбол) для обучающихся.

- Штрафной бросок.
- Передача мяча в движении от кольца к кольцу.
- Бросок мяча в кольцо после ведения.
- Понимание и применение судейской жестикуляции.

Критерии оценки:

№ п/п	Вид упражнения	Пол	Значение показателя для обучающихся,
1	Штрафной бросок, попаданий	Ю, Д	1 или 2 из 5
2	Передача мяча в движении от кольца к кольцу	Д	с потерями выполняют более 4 передач с дальнейшим непопаданием мяча в кольцо
		Ю	с потерями выполняют более 5 передач с дальнейшим непопаданием мяча в кольцо
3	Бросок мяча в кольцо	Ю, Д	выполняющий задание ничего из ранее описанного не выполнил

	после ведения		
4	Практическое судейство	Ю, Д	не знает жестикуляцию и отказывается от судейства игры

Задание 2. Выполнение контрольных упражнений по физической культуре и спорту с элементами спортивных игр (волейбол) для обучающихся.

- Жонглирование двумя руками над собой.
- Жонглирование двумя руками перед собой.
- Верхняя прямая подача.
- Нижняя прямая подача.
- Практическое судейство.

Критерии оценки:

Вид упражнения	Значение показателя для обучающихся,
Жонглирование двумя руками над собой (раз)	4
Жонглирование двумя руками перед собой (раз)	10
Верхняя прямая подача (раз)	2
Нижняя прямая подача (раз)	2
Практическое судейство	не знает жестикуляцию и отказывается от судейства игры

7.4 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций

Контроль освоения дисциплины и оценка знаний обучающихся на зачете, производится в соответствии с Положением о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования.

Критерии оценки на зачете

Оценки **«зачтено»** и **«не зачтено»** выставляются по дисциплинам, формой заключительного контроля которых является зачет. При этом оценка **«зачтено»** должна соответствовать параметрам любой из положительных оценок («отлично», «хорошо», «удовлетворительно»), а **«не зачтено»** - параметрам оценки «неудовлетворительно».

Оценка **«отлично»** выставляется обучающемуся, который обладает всесторонними, систематизированными и глубокими знаниями материала программы дисциплины, умеет свободно выполнять задания, предусмотренные программой дисциплины, усвоил основную и ознакомился с дополнительной литературой, рекомендованной программой дисциплины. Как правило, оценка «отлично» выставляется обучающемуся усвоившему взаимосвязь основных положений и понятий дисциплины в их значении для приобретаемой специальности, проявившему творческие способности в понимании, изложении и использовании учебного материала, правильно обосновывающему принятые решения, владеющему разносторонними навыками и приемами выполнения практических работ.

Оценка «*хорошо*» выставляется обучающемуся, показавшему полное знание материала программы дисциплины, успешно выполняющему предусмотренные учебной программой задания, усвоившему материал основной литературы, рекомендованной учебной программой. Как правило, оценка «хорошо» выставляется обучающемуся, показавшему систематизированный характер знаний по дисциплине, способному к самостоятельному пополнению знаний в ходе дальнейшей учебной и профессиональной деятельности, правильно применяющему теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеющему необходимыми навыками и приемами выполнения практических работ.

Оценка «*удовлетворительно*» выставляется обучающемуся, который показал знание основного материала программы дисциплины в объеме, достаточном и необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по специальности, справился с выполнением заданий, предусмотренных программой дисциплины, знаком с основной литературой, рекомендованной учебной программой. Как правило, оценка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, допустившему погрешности в ответах на зачете или выполнении заданий, но обладающему необходимыми знаниями под руководством преподавателя для устранения этих погрешностей, нарушающему последовательность в изложении учебного материала и испытывающему затруднения при выполнении практических работ.

Оценка «*неудовлетворительно*» выставляется обучающемуся, не знающему основной части материала программы дисциплины, допускающему принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных учебной программой заданий, неуверенно с большими затруднениями выполняющему практические работы.

Контроль освоения дисциплины и оценка знаний обучающихся на зачете, производится в соответствии с Положением о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования.

8 Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

8.1 Основная учебная литература

№ п/п	Наименование	Используется при изучении разделов	Курс	Количество экземпляров в библиотеке
1	2	5	6	7
1	Физическая культура и спорт : учебник / В. А. Никишкин, Н. Н. Бумарскова, С. И. Крамской [и др.]. - Москва : МИСИ – МГСУ, 2021. - 380 с. - ISBN 978-5-7264-2861-1. - Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: https://e.lanbook.com/book/179192 (дата обращения: 01.06.2025). - Режим доступа: для авториз. пользователей.	Все разделы	1	Электронный ресурс

2	Шарина, Е. П. Физическая культура и спорт: теоретические основы: учебное пособие / Е. П. Шарина, В. В. Чумаш, Н. А. Москальцова. — Владивосток: ВГУЭС, 2018. — 256 с. - Текст: электронный //Лань: электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/161419 (дата обращения: 01.06.2025)	Все разделы	1	Электронный ресурс
---	---	-------------	---	--------------------

8.2 Дополнительная учебная литература

№ п/п	Наименование	Используется при изучении разделов	Курс	Количество экземпляров в библиотеке
1	2	5	6	7
1	Спортивные игры на занятиях физической культурой в вузе [Электронный ресурс]: методические указания по дис. "Физическая культура" (раздел "Спортивные игры"). / сост. Д.А. Курин, А.В. Буриков, Г.И. Плюшев, С.Д. Глазуненко - Ярославль: ФГБОУ ВПО "Ярославская ГСХА", 2013. - 132 с. – Режим доступа: https://yaragrovuz.ru/index.php/biblioteka ., требуется авторизация	Все разделы	1	Электронный ресурс
2	Бомин, В. А. Организация занятий физической культурой и спортом студентов : учебное пособие / В. А. Бомин, А. И. Ракоца, А. И. Трегуб. — Иркутск : Иркутский ГАУ, 2019. — 322 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/133353 (дата обращения: 01.06.2025)	Все разделы	1	Электронный ресурс
3	Физическая культура и спорт. Курс лекций : учебное пособие / составители Е. М. Ревенко [и др.]. — 2-е изд., перераб. — Омск : СибАДИ, 2019. — 181 с. — Текст: электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/149520 (дата обращения: 01.06.2025)	Все разделы	1	Электронный ресурс
4	Блинков, С. Н. Элективные курсы по физической культуре и спорту : учебное пособие / С. Н. Блинков, В. А. Мезенцева, С. Е. Бородачева. — Самара : СамГАУ, 2018. — 161 с. - Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/109462 (дата обращения: 01.06.2025)	Все разделы	1	Электронный ресурс
5	Стружко Р.В., Физическая подготовка студентов средствами атлетической гимнастики на занятиях по физической культуре и спорту : метод. указания для обучающихся по укрупн. группам напр. подготовки / Р.В. Стружко. - Текст: электронный, Ярославль, ФГБОУ ВО Ярославская ГСХА, 2021, 66с. – Режим доступа: https://yaragrovuz.ru/index.php/biblioteka ., требуется авторизация	Все разделы	1	Электронный ресурс

Доступ обучающихся к электронным ресурсам (ЭР) библиотеки ФГБОУ ВО «Ярославский ГАУ» осуществляется посредством электронной информационной образовательной среды университета и сайта по логину и паролю (<https://yaragrovuz.ru/index.php/biblioteka>.)

9 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

9.1 Перечень электронно-библиотечных систем

№ п/п	Наименование	Тематика	Режим доступа
1.	Электронно-библиотечная система Издательства «Лань»	Универсальная	https://e.lanbook.com/
2.	Электронно-библиотечная система «iBooks.ru»	Универсальная	http://ibooks.ru/
3.	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU	Универсальная	http://elibrary.ru/

9.2 Перечень рекомендуемых интернет-сайтов по дисциплине

1. Министерство образования и науки Российской Федерации [Электронный ресурс]. – Режим доступа. – <https://minobrnauki.gov.ru/>, свободный. – Загл. с экрана. – Яз. рус.

2. Федеральный портал «Российское образование» [Электронный ресурс]. – Режим доступа. – <http://www.edu.ru>, свободный. – Загл. с экрана. – Яз. рус.

3. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» [Электронный ресурс]. – Режим доступа. – <http://window.edu.ru>, свободный. – Загл. с экрана. – Яз. рус.

4. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [Электронный ресурс]. – Режим доступа. – <http://fcior.edu.ru>, свободный. – Загл. с экрана. – Яз. рус.

5. Министерство сельского хозяйства РФ [Электронный ресурс]. – Режим доступа. – <http://mcx.ru/>, свободный. – Загл. с экрана. – Яз. рус.

6. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]. – Режим доступа. – <http://elibrary.ru/>, свободный. – Загл. с экрана. – Яз. рус.

7. Сельскохозяйственная электронная библиотека знаний [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.cnshb.ru/akdil/>, свободный. – Загл. с экрана. – Яз. рус.

8. Центральная научная сельскохозяйственная библиотека Россельхозакадемии [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.cnshb.ru/>, свободный. – Загл. с экрана. – Яз. рус.

9. Информационно-справочный портал. Проект Российской государственной библиотеки для молодежи [Электронный ресурс]. – Режим доступа: www.library.ru, свободный. – Загл. с экрана. – Яз. рус.

10 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Вид учебных занятий	Организация деятельности обучающегося
Практическое занятие	Работа со спортивным инвентарем и оборудованием. Решение тактических задач в игровых видах спорта. Анализ, обработка результатов, показателей физического развития и функциональной подготовленности организма.
Подготовка к зачету	Работа со спортивным инвентарем и оборудованием. Выполнение спортивных нормативов и тестов.

11 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине позволяют: обеспечить взаимодействие между участниками образовательного процесса, в том числе синхронное и (или) асинхронное взаимодействие посредством сети «Интернет», в т.ч. с использованием электронной информационно-образовательной среды университета; фиксировать ход образовательного процесса, результатов промежуточной аттестации по дисциплине и результатов освоения образовательной программы; организовать процесс образования путем визуализации изучаемой информации посредством использования презентаций, учебных фильмов; контролировать результаты обучения на основе компьютерного тестирования.

11.1 Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения учебного процесса

№	Наименование	Тематика
1	Microsoft Windows	Операционная система
2	Microsoft Office (включает Word, Excel, PowerPoint)	Пакет офисных приложений
3	Calculate Linux	Операционная система

11.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

№ п/п	Наименование	Тематика	Электронный адрес
1.	Справочно-правовая система «КонсультантПлюс»	Универсальная	http://www.consultant.ru Доступ с компьютеров электронного читального зала библиотеки ЯрГАУ.
2.	Информационно-правовой	Универсальная	https://www.garant.ru/

	портал «Гарант»		Доступ с компьютеров электронного читального зала библиотеки ЯрГАУ.
3.	База данных Polpred.com Обзор СМИ	Универсальная	https://polpred.com/ Локальная сеть ФГБОУ ВО «Ярославский ГАУ» /индивидуальный неограниченный доступ из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет по логину и паролю.
4.	Национальная электронная библиотека (НЭБ)	Универсальная	https://rusneb.ru/ К произведениям, перешедшим в общественное достояние доступ свободный. К произведениям, охраняемым авторским правом доступ с компьютеров электронного читального зала библиотеки ЯрГАУ.
5.	База данных AGRIS	Специализированная	https://www.fao.org/agris/ru Доступ свободный
6.	Информационно-справочная система «Сельскохозяйственная электронная библиотека знаний» (СЭБиЗ)	Специализированная	http://www.cnshb.ru/AKDiL/ Доступ свободный.
7.	База данных Orbit Premium edition (коллекция Questel SAS)	Специализированная	https://www.questel.com/product-release/intelligence/ Доступ в рамках Централизованной (национальной) подписки
8.	База данных Springer Nature eBook Collections	Специализированная	https://link.springer.com Доступ в рамках Централизованной (национальной) подписки

11.3 Доступ к сети интернет

Каждый обучающийся в течение всего периода обучения обеспечен индивидуальным неограниченным доступом (удаленным доступом) к сети Интернет и к электронной информационно-образовательной среде ФГБОУ ВО «Ярославский ГАУ».

12 Материально-техническое обеспечение обучения по дисциплине

Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине включает в свой состав специальные помещения:

- учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа;
- учебные аудитории для проведения занятий семинарского типа (практических занятий (семинаров), лабораторных работ);
- учебные аудитории для групповых и индивидуальных консультаций;
- учебные аудитории для текущего контроля и промежуточной аттестации;
- помещения для самостоятельной работы;
- помещения для хранения и профилактического обслуживания оборудования.

При проведении лабораторных занятий используется лабораторное оборудование.

Специальные помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления информации большой аудитории.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Число посадочных мест в лекционной аудитории больше либо равно списочному составу потока, а в аудитории для практических занятий (семинаров), лабораторных – списочному составу группы обучающихся.

Число посадочных мест в аудитории для практических занятий (семинаров) больше либо равно списочному составу группы обучающихся.

Число посадочных мест в аудитории для лабораторных работ больше либо равно половине списочного состава группы обучающихся. (Для проведения лабораторных работ группа обучающихся делится на две подгруппы).

13 Организация образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья

Обучение обучающихся с ограниченными возможностями здоровья при необходимости осуществляется на основе адаптированной рабочей программы с использованием специальных методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся (обучающегося).

В целях освоения учебной программы дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья Университет обеспечивает:

- для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению: размещение в доступных для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими, местах и в адаптированной форме справочной информации о расписании учебных занятий; присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь; выпуск альтернативных форматов методических материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

- для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху: надлежащими звуковыми средствами воспроизведения информации;

- для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата: возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, туалетные комнаты и другие помещения кафедры, а также пребывание в указанных помещениях.

Обучающиеся из числа инвалидов и лиц с ОВЗ обеспечены печатными и (или) электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья. Образование обучающихся с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах или в отдельных организациях.

Приложение 1 к РПД

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«Ярославский государственный аграрный университет»
(ФГБОУ ВО «Ярославский ГАУ»)
Агротехнологический факультет



УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной,
воспитательной работе и
молодежной политике

ФГБОУ ВО «Ярославский ГАУ»,
Н.Ю. Махеева

01 июля 2025 г.

АННОЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.О.08 Физическая культура и спорт

Виды дисциплины «Наименование дисциплины»

Код и направление подготовки	<i>35.03.07 Технологии хранения и переработки сельскохозяйственной продукции</i>
Направленность (профиль)	<i>Технология хранения и переработки сельскохозяйственной продукции</i>
Квалификация	<i>бакалавр</i>
Форма обучения	<i>заочная</i>
Год начала подготовки	<i>2025</i>
Факультет	<i>Агротехнологический</i>
Выпускающая кафедра	<i>Технологии хранения и переработки сельскохозяйственной продукции</i>
Кафедра-разработчик	<i>Гуманитарные дисциплины</i>
Объем дисциплины, ч. / з.е.	<i>72/2</i>
Форма контроля (промежуточная аттестация)	<i>зачет</i>

Декан факультета


(подпись)

к.с.-х.н., доцент Иванова М. Ю.
(учебная степень, звание, Фамилия И.О.)

Председатель УМК


(подпись)

к.с.-х.н. Козина Р. Е.
(учебная степень, звание, Фамилия И.О.)

Заведующий выпускающей
кафедрой


(подпись)

д.б.н., доцент Чернова М. К.
(учебная степень, звание, Фамилия И.О.)

Ярославль, 2025г.

Лекции – ____ - ____ ч.
 Лабораторные занятия – ____ - ____ ч.
 Практические занятия – ____ 4 ____ ч.
 Самостоятельная работа – ____ 63,4 ____ ч.

Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Дисциплина «*Физическая культура и спорт*» относится к обязательной части программы бакалавриата.

Дисциплина направлена на формирование следующих универсальных компетенций и индикаторы их достижения

Категория (группа) универсальных компетенций	Код компетенции	Содержание компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции		
			знать	уметь	владеть
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.		
			Научно-практические основы физической культуры, здорового образа и стиля жизни. Виды физических упражнений для развития физических качеств. Способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности.	Использовать научно-практические основы физической культур, принципы здорового образа и стиля жизни. Использовать систему физических упражнений для развития физических качеств с учетом состояния здоровья и физической подготовленности. Использовать способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности.	Навыками применения полноценного здорового образа и стиля жизни. Навыками выполнения различного вида физических упражнений, форм двигательной деятельности, направленных на укрепление здоровья, обучения двигательным действиям и развитию физических качеств. Навыками самодиагностики и оценки физического развития и физической подготовленности.

			УК-7.2 Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.	
		Разнообразие средств физической культуры и спорта для укрепления и сохранения здоровья. Содержание и направленность, методические основы различных систем физических упражнений, их оздоровительную и развивающую психофизическую прикладную эффективность в рамках подготовки и самоподготовки будущей жизни и профессиональной деятельности.	Использовать на практике разнообразные средства физической культуры и спорта самостоятельно го выбора. Применять различные виды прикладных физических упражнений для совершенствования физических качеств и адаптации к различным условиям профессиональной деятельности. Творчески использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического совершенствования, формирования здорового образа жизни.	Навыками опыта самостоятельно го выбора здоровьесберегающих технологий, средств и методов воспитания и контроля прикладных физических качеств (выносливости, быстроты, силы, гибкости, ловкости), необходимых для успешного выполнения профессиональных задач, профессионально-личностного развития, физического совершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.

Краткое содержание дисциплины: дисциплина *«Физическая культура и спорт»* включает в себя следующие разделы (модули): физическая культура и спорт с элементами спортивных игр.