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: 22.10.2026 11:02:51
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»)

УТВЕРЖДАЮ
проректор по учебной и воспитательной
работе, молодежной политике
ФГБОУ ВО «Ярославский ГАУ»,
_____ Махаева Н.Ю.
01 июля 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.ДВ.06.03 Специально-оздоровительная подготовка

Индекс дисциплины «Наименование дисциплины»

Код и направление подготовки	*36.03.02 Зоотехния*
Направленность (профиль)	*Биотехнология, разведение, генетика и селекция животных*
Квалификация	*бакалавр*
Форма обучения	*очная*
Год начала подготовки	*2026*
Факультет	*Ветеринарии и зоотехнии*
Выпускающая кафедра	*Зоотехния*
Кафедра-разработчик	*Гуманитарные дисциплины*
Объем дисциплины, ч. / з.е.	328
Форма контроля (промежуточная аттестация)	*зачет*

Ярославль, 2026 г.

При разработке рабочей программы дисциплины (далее – РПД) Специально-оздоровительная подготовка в основу положены:

1. Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 36.03.02 Зоотехния, утвержденным приказом Минобрнауки от 22 сентября 2017 г. № 972, 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 № 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»;
4. Учебный план по направлению подготовки 36.03.02 Зоотехния, направленность (профиль) «Биотехнология, разведение, генетика и селекция животных» одобрен Ученым советом ФГБОУ ВО Ярославский ГАУ 02 марта 2026 г. Протокол № 2. Период обучения: 2026 – 2030 гг.

Преподаватель-разработчик:

(подпись) Старший преподаватель (занимаемая должность, ученая степень, звание) Стружко Р.В.

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и одобрена на заседании кафедры «Гуманитарные дисциплины» «26»июня 2026 г. Протокол № 11.

Заведующий кафедрой (подпись) к.э.н., доцент (ученая степень, звание) Быкова Н.В.

Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании учебно-методической комиссии факультета ветеринарии и зоотехнии «26» июня 2026 г. Протокол № 9.

Председатель УМК факультета ветеринарии и зоотехнии (подпись) (учёная степень, звание) Кононова Ю.Д.

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель образовательной программы (подпись) к.б.н., доцент Скворцова Е.Г. (учёная степень, звание)

Заведующий выпускающей кафедрой (подпись) к.б.н., доцент Скворцова Е.Г. (учёная степень, звание)

Отдел библиотечно-издательской деятельности (подпись) (Фамилия И.О.)

Декан факультета ветеринарии и зоотехнии (подпись) к.с.-х.н., доцент Бушкарева А.С. (учёная степень, звание)

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	9
5.1	Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий	9
5.2	Разделы дисциплины по видам аудиторной (контактной) работы и формы контроля	9
5.3	Практические занятия	11
6	Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине	12
6.1	Виды самостоятельной работы обучающихся	12
6.2	Методические указания (для самостоятельной работы)	14
7	Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине	14
7.1	Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения ОПОП ВО	14
7.2	Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	15
7.3	Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы	21
7.3.1	Типовые задания для проведения текущего контроля и рубежного тестирования	21
7.3.2	Типовые задания для проведения промежуточной аттестации (зачета)	22
7.4	Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций	25
8	Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	26
8.1	Основная учебная литература	26
8.2	Дополнительная учебная литература	26
9	Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»	27

№ п/п	Наименование раздела (подраздела)	Стр.
9.1	Перечень электронно-библиотечных систем	27
9.2	Перечень рекомендуемых интернет-сайтов по дисциплине	27
10	Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	28
11	Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем	28
11.1	Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения учебного процесса	29
11.2	Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем	29
11.3	Доступ к сети интернет	30
12	Материально-техническое обеспечение обучения по дисциплине	30
13	Организация образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья	31
	Приложения	
	Приложение 1. Аннотация рабочей программы дисциплины	32

1 Цель и задачи освоения дисциплины

Целью изучения дисциплины «Специально-оздоровительная подготовка» является формирование физической культуры личности. Специальная оздоровительная подготовка (СОП) – процесс совершенствования двигательных физических качеств, имеющий оздоровительную и профилактическую направленность .

Задачи:

- повышение двигательной активности;
- формирование правильной осанки;
- профилактика заболеваний различных систем организма;
- приобретение умений использовать физические упражнения для отдыха;

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

Изучение данной дисциплины «Специально-оздоровительная подготовка» направлено на формирование у обучающихся следующих универсальных компетенций (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 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.	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.

3 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Элективная дисциплина по физической культуре и спорту «Специально-оздоровительная подготовка» относится части, формируемой участниками образовательных отношений образовательной программы бакалавриата.

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

Вид учебной работы	**Всего**	**За 1 семестр**	**За 2 семестр**	**За 3 семестр**	**За 4 семестр**
	часов	**часов**	**часов**	**часов**	**часов**
1. Контактная работа при проведении учебных занятий, всего *(Лек + Лаб + Пр + КСР)** в том числе:	**142,8**	**35,7**	**35,7**	**35,7**	**35,7**
Практические занятия (Пр)	136	34	34	34	34
Проведение консультаций по учебной дисциплине *(КСР)*	6,8	1,7	1,7	1,7	1,7
2. Самостоятельная работа, всего *(СР + контроль)** в том числе:	**184,4**	**46,1**	**46,1**	**46,1**	**46,1**
Прочие виды самостоятельной работы (подготовка к лекциям, лабораторным, практическим занятиям)	184,4	46,1	46,1	46,1	46,1
3. Контактная работа при проведении промежуточной аттестации, всего	**0,8**	**0,2**	**0,2**	**0,2**	**0,2**
Сдача зачета по дисциплине *(К)**	0,8	0,2	0,2	0,2	0,2
Общая трудоёмкость дисциплины в часах:	**328**	**82**	**82**	**82**	**82**
в том числе в форме практической подготовки	**-**	**-**	**-**	**-**	
Общая трудоёмкость дисциплины в зачётных единицах:					

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

5 Содержание дисциплины

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

№ раздела	Наименование и содержание раздела дисциплины (перечень дидактических единиц: рассматриваемых подтем, вопросов)	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	Специально-оздоровительная подготовка с элементами легкой атлетики	УК-7	-	-	8	-	0,4	8,75	-	17,15
2	Специально-оздоровительная подготовка с элементами спортивных игр	УК-7	-	-	18	-	0,9	28,6	-	47,5
3	Специально-оздоровительная подготовка с элементами атлетической гимнастики	УК-7	-	-	8	-	0,4	8,75	-	17,15
	Промежуточная аттестация: (зачет)	УК-7								0,2
	Итого за 1 семестр				**34**		**1,7**	**46,1**		**82**
4	Специально-оздоровительная подготовка с элементами легкой атлетики	УК-7	-	-	8	-	0,4	8,75	-	17,15
5	Специально-оздоровительная подготовка с элементами спортивных игр	УК-7	-	-	18	-	0,9	28,6	-	47,5
6	Специально-оздоровительная подготовка с элементами атлетической гимнастики	УК-7	-	-	8	-	0,4	8,75	-	17,15
	Промежуточная аттестация: (зачет)	УК-7								0,2
	Итого за 2 семестр				**34**		**1,7**	**46,1**		**82**
7	Специально-оздоровительная подготовка с элементами легкой атлетики	УК-7	-	-	8	-	0,4	8,75	-	17,15
8	Специально-	УК-7			18		0,9	28,6		47,5

	оздоровительная подготовка с элементами спортивных игр									
9	Специально-оздоровительная подготовка с элементами атлетической гимнастики	УК-7			8		0,4	8,75		17,15
	Промежуточная аттестация: (зачет)	УК-7								0,2
	Итого за 3 семестр				**34**		**1,7**	**46,1**		**82**
10	Специально-оздоровительная подготовка с элементами легкой атлетики	УК-7			8		0,4	8,75		17,15
11	Специально-оздоровительная подготовка с элементами спортивных игр	УК-7			18		0,9	28,6		47,5
12	Специально-оздоровительная подготовка с элементами атлетической гимнастики	УК-7			8		0,4	8,75		17,15
	Промежуточная аттестация: (зачет)	УК-7								0,2
	Итого за 4 семестр				**34**		**1,7**	**46,1**		**82**
	Итого по дисциплине:	УК-7	-	-	**136**	-	**6,8**	**184,4**	-	**328**

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

№ п/п	№ семестра	Наименование раздела дисциплины	Виды учебных занятий (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости[1]
			Лек	Лаб	Пр	
1	1	Специально-оздоровительная подготовка с элементами легкой атлетики	-	-	8	ВК, Сн
2	1	Специально-оздоровительная подготовка с элементами спортивных игр	-	-	18	Сн
3	1	Специально-оздоровительная подготовка с элементами атлетической гимнастики	-	-	8	Сн
	1	**Итого за 1семестр:**	-	-	**34**	
1	2	Специально-оздоровительная подготовка с элементами спортивных игр	-	-	18	Сн
2	2	Специально-оздоровительная подготовка с элементами атлетической гимнастики	-	-	8	Сн
3	2	Специально-оздоровительная подготовка с элементами лег-	-	-	8	Сн, Тр

		кой атлетики				
	2	**Итого за 2 семестр:**	-	-	**34**	
1	3	Специально-оздоровительная подготовка с элементами легкой атлетики	-	-	8	ВК, Сн
2	3	Специально-оздоровительная подготовка с элементами спортивных игр	-	-	18	Сн
3	3	Спортивное мастерство с элементами атлетической гимнастики	-	-	8	Сн
	3	**Итого за 3 семестр:**	-	-	**34**	
1	4	Специально-оздоровительная подготовка с элементами спортивных игр	-	-	18	Сн
2	4	Специально-оздоровительная подготовка с элементами атлетической гимнастики	-	-	8	Сн
3	4	Специально-оздоровительная подготовка с элементами легкой атлетики	-	-	8	Сн, Тр
	4	**Итого за 4 семестр:**	-	-	**34**	
		ИТОГО:	-	-	**136**	

[1] ВК- входной контроль, Сн – сдача контрольных нормативов .Тр – рубежное тестирование

5.3 Практические занятия

№ п/п	№ семестра	Наименование раздела дисциплины	Наименование практических занятий	Всего часов
1	1	Специально-оздоровительная подготовка с элементами легкой атлетики	Развитие общей выносливости Развитие скоростных качеств Развитие скоростной выносливости	8
2	1	Специально-оздоровительная подготовка с элементами спортивных игр	Развитие основных физических качеств Развитие ловкости Развитие координационной выносливости Совершенствование основных физических качеств Совершенствование ловкости Совершенствование координационной выносливости Совершенствование основных физических качеств Совершенствование общей выносливости Совершенствование координационной выносливости	18
3	1	Специально-оздоровительная подготовка с элементами атлетической гимнастики	Развитие силовой выносливости Развитие основных физических качеств Совершенствование основных физических качеств	8
			Итого за 1 семестр:	**34**
4	2	Специально-оздоровительная подготовка с элементами	Развитие основных физических качеств Развитие ловкости Развитие координационной выносливости	18

		спортивных игр	Совершенствование основных физических качеств Совершенствование ловкости Совершенствование координационной выносливости Совершенствование основных физических качеств Совершенствование общей выносливости Совершенствование координационной выносливости	
5	2	Специально-оздоровительная подготовка с элементами атлетической гимнастики	Развитие силовой выносливости Развитие основных физических качеств Совершенствование основных физических качеств	8
6	2	Специально-оздоровительная подготовка с элементами легкой атлетики	Развитие общей выносливости Развитие скоростных качеств Развитие скоростной выносливости	8
			Итого за 2 семестр:	**34**
7	3	Специально-оздоровительная подготовка с элементами легкой атлетики	Развитие общей выносливости Развитие скоростных качеств Развитие скоростной выносливости	8
8	3	Специально-оздоровительная подготовка с элементами спортивных игр	Развитие основных физических качеств Развитие ловкости Развитие координационной выносливости Совершенствование основных физических качеств Совершенствование ловкости Совершенствование координационной выносливости Совершенствование основных физических качеств Совершенствование общей выносливости Совершенствование координационной выносливости	18
9	3	Специально-оздоровительная подготовка с элементами атлетической гимнастики	Развитие силовой выносливости Развитие основных физических качеств Совершенствование основных физических качеств	8
			Итого за 3 семестр:	**34**
10	4	Специально-оздоровительная подготовка с элементами спортивных игр	Развитие основных физических качеств Развитие ловкости Развитие координационной выносливости Совершенствование основных физических качеств Совершенствование ловкости Совершенствование координационной выносливости Совершенствование основных физических качеств Совершенствование общей выносливости Совершенствование координационной выносливости	18
11	4	Специально-оздоровительная подготовка с элементами атлетической гимнастики	Развитие силовой выносливости Развитие основных физических качеств Совершенствование основных физических качеств	8
12	4	Специально-оздоровительная подготовка с элементами легкой атлетики	Развитие общей выносливости Развитие скоростных качеств Развитие скоростной выносливости	8
			Итого за 4 семестр:	**34**
			ИТОГО:	**136**

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

6.1 Виды самостоятельной работы обучающихся (СР)

№ п/п	№ семестра	Наименование раздела дисциплины	Виды СР	Всего часов
1	2	3	4	5
1	1	Специально-оздоровительная подготовка с элементами легкой атлетики	Подготовка к практическим занятиям и сдаче нормативов	8,75
			Подготовка к письменному тестированию	
2	1	Специально-оздоровительная подготовка с элементами спортивных игр	Подготовка к практическим занятиям и сдаче нормативов	28,6
			Подготовка к письменному тестированию	
3	1	Специально-оздоровительная подготовка с элементами атлетической гимнастики	Подготовка к практическим занятиям и сдаче нормативов	8,75
			Подготовка к письменному тестированию	
			Итого часов в 1 семестре:	**46,1**
4	2	Специально-оздоровительная подготовка с элементами спортивных игр	Подготовка к практическим занятиям и сдаче нормативов	28,6
			Подготовка к письменному тестированию	
5	2	Специально-оздоровительная подготовка с элементами атлетической гимнастики	Подготовка к практическим занятиям и сдаче нормативов	8,75
			Подготовка к письменному тестированию	
6	2	Специально-оздоровительная подготовка с элементами легкой атлетики	Подготовка к практическим занятиям и сдаче нормативов	8,75
			Подготовка к письменному тестированию	
			Итого часов во 2 семестре:	**46,1**
7	3	Специально-оздоровительная подготовка с элементами легкой атлетики	Подготовка к практическим занятиям и сдаче нормативов	8,75
			Подготовка к письменному тестированию	
8	1	Специально-оздоровительная подготовка с элементами спортивных игр	Подготовка к практическим занятиям и сдаче нормативов	28,6
			Подготовка к письменному тестированию	
9	1	Специально-оздоровительная подготовка с элементами атлетической гимнастики	Подготовка к практическим занятиям и сдаче нормативов	8,75
			Подготовка к письменному тестированию	
			Итого часов в 3 семестре:	**46,1**
10	2	Специально-оздоровительная подготовка с элементами спортивных игр	Подготовка к практическим занятиям и сдаче нормативов	28,6
			Подготовка к письменному тестиро-	

			ванию	
11	2	Специально-оздоровительная подготовка с элементами атлетической гимнастики	Подготовка к практическим занятиям и сдаче нормативов	8,75
			Подготовка к письменному тестированию	
12	2	Специально-оздоровительная подготовка с элементами легкой атлетики	Подготовка к практическим занятиям и сдаче нормативов	8,75
			Подготовка к письменному тестированию	
Итого часов во 4 семестре:				**46,1**
ИТОГО:				**184,4**

6.2 Методические указания (для самостоятельной работы)

В процессе самостоятельной работы при подготовке к практическим занятиям, включающие элементы атлетической гимнастики, обучающиеся могут воспользоваться методическими указаниями «Физическая подготовка студентов средствами атлетической гимнастики на занятиях по физической культуре и спорту» : метод. указания для обучающихся по укрупненным группам направлений подготовки 35.00.00 сельское, лесное и рыбное хозяйство, 36.00.00 Ветеринария и зоотехния. / Р.В. Стружко. - Текст: электронный, Ярославль, ФГБОУ ВО Ярославская ГСХА, 2021, 66с. – 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 «Специально-оздоровительная подготовка» – комплект методических и контрольно измерительных материалов, предназначен для оценивания уровня сформированности компетенций (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 (1,2,3,4 семестр) и проводится в форме зачета.

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

№ семестра	Этапы формирования и проверки уровня сформированности компетеций по дисциплинам, практикам в процессе освоения ОПОП ВО
УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	
1,2	Физическая культура и спорт
1,2,3,4	Общая физическая подготовка
1,2,3,4	Спортивное мастерство
1,2,3,4	**Специально – оздоровительная подготовка**
8	Выполнение и защита выпускной квалификационной работы
8	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена

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			
					высокий	средний	ниже среднего (пороговый)	Низкий (пороговый уровень не достигнут)
Код	Содержание				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	**УК-7.1.** Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.	Практические занятия, самостоятельная работа.	Выполнение контрольных упражнений (нормативов), тестирование письменное, 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 объ-	***Знает:*** в неполном объеме научно-практические основы физической культуры, здорового образа и стиля жизни; виды физических упражнений для развития физических качеств. ***Умеет:*** в	***Знает:*** фрагментарно научно-практические основы физической культуры, здорового образа и стиля жизни; виды физических упражнений для развития физических качеств. ***Умеет:***	***Не знает:*** уровень знаний ниже минимальных требований. ***Не умеет:*** при выполнении зачетных

	ценной социальной и профессиональной деятельности	**Знать:** 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. **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			еме использовать научно-практические основы физической культуры, 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. 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	неполном объеме использовать научно-практические основы физической культуры, 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. Контрольные нормативы и тестирование выполнены на оценку «хорошо» (среднее значение балла). ***Владеет:*** в неполном объеме навыками применения полноценного здорового образа и стиля жизни; навыками вы-	фрагментарное умение использовать научно-практические основы физической культуры, 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. Контрольные нормативы и тестирование выполнены на оценку «удовлетворительно» (среднее значение балла). ***Владеет:*** фрагментарное владение навыками применения полноценного здорового	контрольных нормативов не выполнены минимальные требования ***Не владеет:*** при выполнении контрольных нормативов не продемонстрированы базовые навыки, имели место грубые ошибки.

		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.			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. ***Способен:*** поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.	полнения 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. ***Понимает:*** значение поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдения норм здорового образа жизни.	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 фи-	Практические занятия, самостоятель-	Выполнение кон-	***Знает:*** в полном объеме	***Знает:*** в неполном объеме разнообразие	***Знает:*** фрагментарно разнообразие	***Не знает:*** уровень знаний

		зической культуры для осознанного выбора 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 разнообраз-	ная работа.	трольных упражнений (нормативов), тестирование письменное, зачет.	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. ***Умеет:*** в полном объеме использовать на практике разнообразные средства физической культуры и спорта самостоятельного выбора;	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. ***Умеет:*** в неполном объеме использовать на практике разнообразные средства физической культуры и спорта самостоятельного выбора; применять различные виды прикладных физических упражнений для совершенст-	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. ***Умеет:*** фрагментарное умение использовать на практике разнообразные средства физической культуры и спорта самостоятельного выбора; применять различные виды прикладных физических упражнений для со-	ниже минимальных требований. ***Не умеет:*** при выполнении контрольных нормативов не выполнены минимальные требования.

		ные 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 и методов воспитания и контроля прикладных физических ка-			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. Контрольные нормативы и тестирование выполнены на оценку «отлично» (среднее значение балла). ***Владеет:*** в полном объеме на-	вования 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. Контрольные нормативы и тестирование выполнены на оценку «хорошо» (среднее значение балла). ***Владеет:*** в неполном объеме навыками опыта самостоятельного выбора здоровьесберегающих техно-	вершенствования 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. Контрольные нормативы и тестирование выполнены на оценку «удовлетворительно» (среднее значение балла). ***Владеет:*** фрагментарное владение навыками опыта самостоятельного выбора здоровьес-	***Не владеет:*** при выполнении контрольных нормативов не продемонстрированы базовые навыки, имели место грубые ошибки.

		честв (выносливости, быстроты, силы, гибкости, ловкости), необходимых для успешного выполнения профессиональных задач, профессионально-личностного развития, физического совершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.			выками 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 осознанного выбора	логий, 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. ***Понимает:*** значение поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональ-	берегающих 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.	

					здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.	ной 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 программ

7.3.1 Типовые задания для проведения текущего контроля и рубежного тестирования

Компетенция УК-7.1

Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни

Вопросы:

1. Физическая культура – это…
2. Олимпийские виды спорта – это…
3. Высшее спортивное звание – это…
4. Национальные виды спорта – это…
5. Молодежный спорт – это…

Вопросы:

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

Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности

Вопросы:

1. Основное средство физической культуры – это…
2. Олимпийское движение – это…
3. Студенческий спорт – это…
4. Спорт высших достижений – это…
5. Физическое воспитание – это…

Вопросы:

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.

3. Сколько дисциплин в программе женского легкоатлетического многоборья?

А. Шесть
Б. Пятнадцать
В. Семь
Г. Восемь
Д. Десять

Задания для рубежного тестирования размещены в СДО Moodle в разделе «Физическая культура».

Задания выполняются в электронной форме и присылаются в личный кабинет преподавателя. Все определения, включая технические правила спортивных игр, даются своими словами.

Рубежное тестирование за 1 семестр https://studfile.net/preview/3894303/page:2/

- дать определение понятия «физическая культура»
- дать определение понятия «физическое воспитание»
- дать определение понятия «физическое развитие»
- дать определение понятия «физическое совершенствование»
- дать определение понятия «физическое совершенство»
- дать определение понятия «спорт»

Рубежное тестирование за 2 семестр https://mipt.ru/education/chair/sport/science/adaptology/work-32

- перечислить физические качества человека;
- дать определение каждому физическому качеству;
- привести примеры использования каждого качества в повседневной жизни;

Рубежное тестирование за 3 семестр

- судейская жестикуляция в баскетболе https://metaratings.ru/sports-terms/pravila-igry-v-basketbol/
- судейская жестикуляция в волейболе https://tvou-voleyball.ru/pro-voleyball/pravila/

Рубежное тестирование за 4семестр

- заполнить дневник самоконтроля (2)

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

Упражнение	Значение показателя для обучающихся		семестр	Методические рекомендации
	Ю	Д		
Сгибание-разгибание рук в упоре, раз	умение правильно выполнять	-	1	Упражнение выполняется в упоре на гимнастической скамье. В верхнем положении руки выпрямлены в локтях, в нижнем положении – касание скамьи грудью. Туловище и ноги составляют прямую линию.
Подтягивание на перекладине (девушки из виса стоя до 90 см), раз	-	умение правильно выполнять	1	В нижнем положении (вис) руки выпрямлены в локтях, в верхнем - подбородок выше перекладины. (для девушек – угол сгибания локтей должен быть

			меньше 90 градусов).
Прыжки с места двумя ногами, см	умение правильно выполнять	**2**	Упражнение выполняется одновременным отталкиванием обеих ног, без заступа за стартовую линию.
Подъем в сед из положения лежа за 30 сек., раз	умение правильно выполнять	**2**	Стартовое положение – лёжа на гимнастическом коврике, ноги согнуты в коленях и закреплены, руки сцеплены пальцами на затылке, лопатки и затылок касаются поверхности. Верхнее положение – локти касаются колен. Пальцы не расцеплять
Прыжки со скакалкой на двух ногах за 1мин., раз	умение правильно выполнять	**3**	Прыжки осуществляются на двух ногах одновременно.
Челночный бег (4 × 9м), сек	умение правильно выполнять	**4**	Упражнение выполняется поочерёдным переносом двух предметов на расстояние, равное ½ волейбольной площадки. Начало выполнения – «высокий старт», окончание выполнения – остановка на стартовой линии с одновременным укладыванием второго предмета

Специально-оздоровительная подготовка с элементами спортивных игр. Баскетбол.

- Штрафной бросок.
- Бросок мяча в кольцо после ведения.

Критерии оценки:

Вид упражнения	**Семестр**	**Значение показателя для обучающихся**
Штрафной бросок, попаданий	**3**	Умение выполнять
Передача мяча в движении от кольца к кольцу	**3**	Умение выполнять

Волейбол.

- Верхняя передача.

Критерии оценки:

Вид упражнения	**Семестр**	**Значение показателя для обучающихся**
Верхняя передача	**4**	Умение выполнять

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

В процессе изучения дисциплины «Специально-оздоровительная подготовка» непрерывно осуществляется контроль за качеством сформированности компетенции.

Уровень сформированности компетенции в каждом семестре текущего учебного года оценивается по результатам сдачи контрольных нормативов, письменного тестирования, посещения занятий.

Результат оценивания по дисциплине «Специально-оздоровительная подготовка» определяется по итогам сдачи контрольных нормативов, определяющих уровень развития основных физических способностей (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости и скоростно-силовых способностей) и способствующих поддержанию должного уровня физической подготовленности обучающихся для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, а также выполнения письменного тестирования. Для зачета разработаны контрольные нормативы по разделам изучаемой дисциплины и варианты тестов. При выполнении письменного тестирования для оценки «зачтено» должно быть не менее 70% правильных ответов.

Промежуточная аттестация осуществляется в конце учебного семестра. Учебным планом предусмотрено проведение зачета. К зачету допускаются обучающиеся, выполнившие все требования текущего контроля.

По итогам изучения дисциплины «Специально-оздоровительная подготовка» обучающийся может быть аттестован с оценкой *«ЗАЧТЕНО»,* если уровень сформированности компетенции не «ниже среднего» и соответствует шкале оценивания успешности освоения дисциплины; посещаемость занятий не менее 80%.

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	Семестр	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: 12.05.2026). - Режим доступа: для авториз. пользователей.	Все разделы	1; 2; 3; 4	Электронный ресурс

2	Шарина, Е. П. Физическая культура и спорт: теоретические основы: учебное пособие / Е. П. Шарина, В. В. Чумаш, Н. А. Москальонова. — Владивосток: ВГУЭС, 2018. — 256 с. - Текст: электронный //Лань: электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/161419 (дата обращения: 12.05.2026)	Все разделы	1; 2; 3; 4	Электронный ресурс

8.2 Дополнительная учебная литература

№ п/п	Наименование	Используется при изучении разделов	Семестр	Количество экземпляров в библиотеке
1	2	5	6	7
1	Стружко Р.В., Спортивные игры на занятиях физической культурой в вузе : метод. указания для обучающихся по укрупн. группам напр. подготовки / Р.В. Стружко. - Текст: электронный, - Ярославль: ФГБОУ ВО "Ярославский ГАУ", 2024. - 32 с. – Режим доступа: https://yaragrovuz.ru/index.php/biblioteka., требуется авторизация; (дата обращения: 12.05.2026)	Все разделы	1; 2; 3; 4	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: 12.05.2026)	Все разделы	1; 2; 3; 4	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: 12.05.2026)	Все разделы	1; 2; 3; 4	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: 12.05.2026)	Все разделы	1; 2; 3; 4	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; (дата обращения: 12.05.2026)	Все разделы	1; 2; 3; 4	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 ре-сурс]. – 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	Универсальная	http://www.consultant.ru

	«КонсультантПлюс»		Доступ с компьютеров электронного читального зала библиотеки ЯрГАУ.
2	Информационно-правовой портал «Гарант»	Универсальная	https://www.garant.ru/ 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 Spriner Nature eBook Collections	Специализированная	https://link.springer.com Доступ в рамках Централизованной (национальной) подписки
8	Полнотекстовая база данных Wiley Journals Database коллекция журналов (John Wiley & Sons, Inc.)	Универсальная	https://onlinelibrary.wiley.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 к РПД

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Ярославский государственный аграрный университет»

Факультет ветеринарии и зоотехнии

УТВЕРЖДАЮ
проректор по учебной и воспитательной
работе, молодежной политике
ФГБОУ ВО «Ярославский ГАУ»,
_____ Махаева Н.Ю.
01 июля 2026 г.

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.ДВ.06.03 Специально-оздоровительная подготовка

Индекс дисциплины «Наименование дисциплины»

Код и направление подготовки	*36.03.02 Зоотехния*
Направленность (профиль)	*Биотехнология, разведение, генетика и селекция животных*
Квалификация	*бакалавр*
Форма обучения	*очная*
Год начала подготовки	*2026*
Факультет	*Ветеринарии и зоотехнии*
Кафедра-разработчик	*Гуманитарные дисциплины*
Объем дисциплины, ч. / з.е.	*328*
Форма контроля (промежуточная аттестация)	*зачет*

Декан факультета ветеринарии и зоотехнии _____ (подпись) *к.с.-х.н., доцент Бушкарева А.С.* (учёная степень, звание)

Председатель УМК _____ (подпись) *Кононова Ю.Д.* (учёная степень, звание, Фамилия И.О.)

Заведующий выпускающей кафедрой _____ (подпись) *к.б.н., доцент Скворцова Е.Г.* (учёная степень, звание, Фамилия И.О.)

Лекции – _____ ч.
Лабораторные занятия – _____ ч.
Практические занятия – *136* ч.
Самостоятельная работа – *184,4* ч.

Ярославль, 2026 г.

Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Элективная дисциплина по физической культуре и спорту «Специально-оздоровительная подготовка» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений образовательной программы бакалавриата.

Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций:
- 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 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.	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.

Краткое содержание дисциплины: дисциплина «Специально-оздоровительная подготовка» включает в себя следующие разделы: Специально-оздоровительная подготовка с элементами легкой атлетики, Специально-оздоровительная подготовка с элементами спортивных игр, Специально-оздоровительная подготовка с элементами атлетической гимнастики.