

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Клочков Юрий Сергеевич  
Должность: и.о. ректора  
Дата подписания: 01.07.2024 12:21:58  
Уникальный программный ключ:  
4e7c4ea90328ec8e65c5d8058549a2538a71001

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ТОМСКИЙ ИНДУСТРИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
ИНСТИТУТ ПРОМЫШЛЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И ИНЖИНИРИНГА  
КАФЕДРА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

УТВЕРЖДАЮ:

Председатель КСН

Е.В. Артамонов

« 17 » 06 2020г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплина: Физическая культура и спорт  
направление: 27.03.05 «Инноватика»  
профиль: «Финансово-экономическое управление инновациями»  
квалификация: бакалавр  
программа: прикладного бакалавриата  
форма обучения: очная (4 года)/заочная (5 лет)  
курс: 1/1  
семестр: 1-2/2

Аудиторные занятия 36/10 часов, в т.ч.:

Лекции – *не предусмотрены*

Практические занятия – 36/10 часов

Лабораторные занятия – *не предусмотрены*

Самостоятельная работа – 36/62 часа, в т.ч.:

Курсовая работа (проект) – *не предусмотрена*

Расчётно-графические работы – *не предусмотрены*

Контрольная работа – *не предусмотрена*

Вид промежуточной аттестации:

Зачет – 1-2/2 семестр

Общая трудоемкость – 72/72 часа (2зач.ед./2зач.ед.)

Рабочая программа разработана в соответствии требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 27.03.05 «Инноватика», утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 1006 от 11.08.2016 г.

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры физического воспитания

Протокол № 9 от « 14 » 06 2020 г.

Заведующий кафедрой  В.Я. Субботин

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий

выпускающей кафедрой

« 15 » 06 2020 г.

 В.В. Пленкина

**Рабочую программу разработал:**

А.В. Захарова ст. преподаватель кафедры  
физического воспитания



## 1. Цели и задачи дисциплины

Целью преподавания дисциплины «Физическая культура и спорт» является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

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

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к базовой части Блоку 1 учебного плана.

Дисциплина «Физическая культура и спорт» - является базой для последующего изучения дисциплин: «Безопасность жизнедеятельности».

## 3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций у обучающихся (табл. 1):

Таблица 1

Номер / индекс компетенций	Содержание компетенции или ее части	В результате изучения дисциплины обучающиеся должны		
		знать	уметь	владеть
ОК-8	способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	значение физической культуры в формировании общей культуры личности при общении к общечеловеческим ценностям и	поддерживать уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и	средствами и методами повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья; понятием о ценностях физической

		здоровому образу жизни, укреплении здоровья человека, профилактике вредных привычек; основы ведения здорового образа жизни средствами физической культуры; способы профилактики профессиональных заболеваний и вредных привычек	профессиональной деятельности	культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности
--	--	---	-------------------------------	---

#### 4. Содержание дисциплины

##### 4.1.Содержание разделов учебной дисциплины

Содержание основных тем дисциплины «Физическая культура и спорт» представлено в табл. 2.

Таблица 2

Содержание разделов/модулей/тем учебной дисциплины

№ п/п	Наименование темы/раздела/модуля дисциплины	Содержание раздела/модуля/темы дисциплины
1	Легкая атлетика	Основные термины и понятия (физическая культура, физическое воспитание, двигательное умение (навык), физическая подготовка и подготовленность). История развития физической культуры и спорта. Ценности физической культуры и их применение в аспекте развития личности. Физическая культура в системе высшего профессионального образования, основные положения организации физического воспитания в вузе. Олимпийские игры, другие крупные международные состязания – важный фактор мирового сотрудничества.
2	Профессионально-прикладная физическая подготовка	Основные термины и понятия (производственная физкультура, комплексы для работников разных профессий, производственная физкультура в учебное и внеучебное время. Профессиональная психофизической подготовки человека к трудовой деятельности. Роль и место прикладной физической культуры в системе физического воспитания студентов. Комплексы гигиенической гимнастики для работников разных профессий.
3	Волейбол	Основные термины и понятия (самостоятельные занятия, комплексы физических упражнений, нормы двигательной активности). Основные формы и организация самостоятельных занятий, их планирование. Психофизическая рекреация в периоды экзаменационных сессий.
4	Баскетбол	Основные термины и понятия (самоконтроль, врачебно-педагогические наблюдения, тестирование, номограмма). Основы врачебного контроля и самоконтроля. Оценка состояния здоровья. Дневник самоконтроля. Методы стандартов, антропометрических индексов, номограмм функциональных проб, упражнений-тестов для оценки физического развития, телосложения, функционального состояния организма, динамики физической подготовленности.
5	Футбол	Основные термины и понятия (самоконтроль, врачебно-педагогические наблюдения, тестирование, номограмма). Основы врачебного контроля и самоконтроля. Оценка состояния здоровья. Дневник самоконтроля.

		Методы стандартов, антропометрических индексов, номограмм функциональных проб, упражнений-тестов для оценки физического развития, телосложения, функционального состояния организма, динамики физической подготовленности.
6	Фитнес, аэробика	Здоровье и двигательная активность человека. Утренняя гимнастика. Гигиена физических упражнений. Влияние общей культуры студента на формирование здорового образа жизни (спортивного стиля) студента. Основные требования к организации здорового образа жизни. Степени здоровья человека. Оптимальный объем двигательной активности молодых людей (18-25 лет).
7	Плавание	Основные термины и понятия (самоконтроль, врачебно-педагогические наблюдения, тестирование, нормограмма). Способы спасения утопающих. Оказание первой помощи на воде.
8	Настольный теннис	Основные термины и понятия (самоконтроль, врачебно-педагогические наблюдения, тестирование, нормограмма). Психофизическая рекреация в периоды экзаменационных сессий.

#### 4.2. Междисциплинарные связи с обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами

Знания, полученные в ходе изучения дисциплины «Физическая культура и спорт» необходимы обучающимся для усвоения знаний по следующим дисциплинам (табл. 3).

Таблица 3

#### Взаимосвязь дисциплины «Физическая культура и спорт» с последующими дисциплинами

№ п/п	Наименование обеспечиваемых (последующих) дисциплин	№ разделов и тем данной дисциплины, необходимых для изучения обеспечиваемых (последующих) дисциплин							
		1	2	3	4	5	6	7	8
1	Безопасность жизнедеятельности	+	+	+	+	+	+	+	+

#### 4.3. Разделы (модули), темы дисциплин и виды занятий

Тематический план изучения дисциплины информирует о распределении объема часов видов учебной работы по темам учебной дисциплины (табл. 4).

Таблица 4

#### Распределение объема часов по темам/разделам/модулям учебной дисциплины

№ п/п	Наименование разделов дисциплины	Лекц. час.	Пр. зан., час.	Лаб. зан., час.	Сем. зан., час.	СРС, час.	Всего час.
1	Легкая атлетика	-/-	6/2	-	-	4/6	10/8
2	Профессионально-прикладная физическая подготовка	-/-	6/2	-	-	4/8	10/10
3	Волейбол	-/-	4/2	-	-	4/8	8/10
4	Баскетбол	-/-	4/-	-	-	4/8	8/8
5	Футбол	-/-	4/-	-	-	4/8	8/8
6	Фитнес, аэробика	-/-	4/2	-	-	6/8	10/10
7	Плавание	-/-	4/-	-	-	6/8	10/8
8	Настольный теннис	-/-	4/2	-	-	4/8	8/10
	Итого:	-/-	36/10	-	-	36/62	72/72

#### 4.4. Перечень тем лекционных занятий

Лекционные занятия учебным планом не предусмотрены.

#### 4.5. Перечень семинарских, практических занятий и/или лабораторных работ

Таблица 6

##### Перечень практических работ

№ п/п	№ раздела (модуля) и темы дисциплины	Наименование практических занятий	Трудовая нагрузка (часы)	Формируемые компетенции	Методы преподавания
1	1	Прыжок в длину с места – скоростно-силовое качество	1/-	ОК-8	Практические занятия Контрольные нормативы
2		Отжимания от пола – силовое качество	2/1		
3		Подтягивания – силовое качество	2/1		
4		Челночный бег – скоростно-координационное качество	1/-		
5	2	Общая выносливость	3/-		Практические занятия Контрольные нормативы
6		Производственная гимнастика	3/2		
7	3	Обучение стойкам и перемещениям	2/-		Практические занятия Текущие нормативы
8		Техника владения мячом	2/2		
9	4	Техника ведения, ловли и передачи мяча.	2/-		Практические занятия Текущие нормативы
10		Стойка баскетболиста. Техника передвижений	2/-		
11	5	Техника владения мячом, пасы	2/-		Практические занятия Текущие нормативы
12		Техника передвижения, ведения и остановка мяча.	2/-		
13	6	Техническая подготовка	2/1		Практические занятия Текущие нормативы
14		Общеспортивная подготовка	2/1		
15	7	Обучение технике плавания кролем на спине	2/-		Практические занятия Текущие нормативы
16		Обучение технике плавания кролем на спине	2/-		
17	8	Основы техники передвижения	2/2		Практические занятия Текущие нормативы
18		Основы методики обучения технике	2/-		
		<b>Итого</b>	<b>36/10</b>		

#### 4.6. Перечень тем лабораторных занятий

Лабораторные занятия учебным планом не предусмотрены

#### 4.7. Перечень тем самостоятельной работы

Содержание самостоятельной работы представлено в табл. 7.

Таблица 7

##### Содержание самостоятельной работы

№ п/п	№ раздела (модуля) и темы дисциплин	Наименование самостоятельной работы	Трудовая нагрузка (часы)	Виды контроля	Формируемые компетенции
-------	-------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------	---------------	-------------------------

	<b>ы</b>				
1	1	Прыжок в длину с места – скоростно-силовое качество	2/3	Изучение теоретического материала по разделу	ОК-8
2		Челночный бег – скоростно-координационное качество	2/3		
3	2	Координация движения рук и точность линейного глазомера	4/8	Упражнения на моторику	
4					
5	3	Обучение техники подачи и приема мяча с подачи	2/4	Изучение теоретического материала по разделу	
6		Техника верхней передачи мяча	2/4		
7	4	Техника ведения, ловли и передачи мяча.	2/4	Изучение теоретического материала по разделу	
8		Инструкторская и судейская практика	2/4		
9	5	Техника владения мячом, пасы	2/4	Изучение теоретического материала по разделу	
10		Инструкторская и судейская практика	2/4		
11	6	Двигательно-координационная подготовка	3/4	Комплекс упражнений	
12		Построение танцевальных композиций	3/4		
13	7	Обучение техники плавания способом «Баттерфляй»	3/4	Комплекс упражнений	
14		Обучение техники плавания способом «Брасс»	3/4		
15	8	Техническая подготовка теннисистов	2/4	Изучение теоретического материала по разделу	
16		Судейства по настольному теннису	2/4		
		<b>Итого</b>	<b>36/62</b>		

### 5. Тематика курсовых проектов (работ)

Курсовые работы учебным планом не предусмотрены

### 6. Оценка результатов освоения учебной дисциплины

Оценка работы обучающихся в течение семестра по дисциплине осуществляется преподавателем в соответствии с разработанной им системой контроля за усвоением различных разделов изучаемого курса. Оценка результатов освоения учебной дисциплины обучающимися очной/заочной формы обучения осуществляется по 100-бальной шкале в соответствии с рейтинговой системой оценивания знаний обучающихся (табл. 8,9,10).

Рейтинговая система оценки  
по курсу «Физическая культура и спорт» для обучающихся 1/1 курса  
очной/заочной формы обучения  
по направлению подготовки 27.03.05 «Инноватика»  
профиль «Финансово-экономическое управление инновациями»

Таблица 8

	Текущий контроль			Промежуточная аттестация обучающихся (экзаменационная сессия)
Очная форма обучения	1-я текущая аттестация <b>0-20 баллов</b>	2-я текущая аттестация <b>0-30 баллов</b>	3-я текущая аттестация <b>0-50 баллов</b>	не проводится (для обучающихся, набравших более <b>61 балла</b> по результатам текущего контроля)

	<b>100 баллов</b>	проводится <b>0-100 баллов</b> (для обучающихся, набравших менее <b>61 балла</b> по результатам текущего контроля, при этом баллы, набранные в течение учебного семестра аннулируются)
Заочная форма обучения		проводится <b>0-100 баллов</b>

Таблица 9

## Виды оценочных работ на 1-2семестр (очная форма)

№ п/п	Виды мероприятий в рамках текущего контроля	Количество баллов
1	2	3
1 текущая аттестация		
1	Работа на практических занятиях	9
2	Выполнение текущих нормативов	4
3	Выполнение контрольных нормативов	7
	<b>ИТОГО за первую текущую аттестацию</b>	<b>0... 20</b>
2 текущая аттестация		
1	Работа на практических занятиях	16
2	Выполнение текущих нормативов	6
3	Выполнение контрольных нормативов	8
	<b>ИТОГО за вторую текущую аттестацию</b>	<b>0... 30</b>
3 текущая аттестация		
1	Работа на практических занятиях	32
3	Выполнение текущих нормативов	8
5	Выполнение контрольных нормативов	10
	<b>ИТОГО за третью текущую аттестацию</b>	<b>0... 50</b>
	<b>ВСЕГО</b>	<b>0...100</b>



## Виды оценочных работ на 2семестр (заочная форма обучения)

№ п/п	Виды мероприятий в рамках текущего контроля	Количество баллов
1	Работа на практических занятиях	0.....57
2	Выполнение текущих нормативов	0.....18
3	Выполнение контрольных нормативов	0.....25
	Всего	0.....100

## 7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Наименование	Кол-во	Назначение
<b>I.Перечень оборудования для практических занятий</b>		
<b>Спортивный зал волейбольный №2</b>		
Волейбольные мячи	30	Для игры в волейбол
Сетка волейбольная	1	
Стойки волейбольные	2	
Антенна волейбольная	1	
Вышка судейская	2	
Стенка гимнастическая	17	Для выполнения упражнений возле стенки
Скамья гимнастическая	4	Для выполнения упражнений на скамье
Табло электронное	1	Для визуализации счета игры
<b>Спортивный зал баскетбольный №1</b>		
Баскетбольные мячи	30	Для игры в баскетбол
Ферма баскетбольная	2	
Корзина баскетбольная	4	
Трибуны	4	Для наблюдения за игрой
Табло электронное	1	Для визуализации счета игры
<b>II.ПК, мультимедийное обеспечение</b>		
Компьютер	2	Для проверки реферативных работ
<b>III. Лицензионное программное обеспечение</b>		
Windows 7. Enterprise; Windows 8.1. Enterprise		
<b>IV. Специализированные аудитории, кабинеты, лаборатории и пр.</b>		
Санитарные комнаты	5	Для приема санитарно-гигиенических процедур после занятий
Душевые комнаты	4	
Раздевалки	4	Для переодевания

## 8. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

1. Договор №09-16/19 от 18.10.2019 взаимного оказания услуг двухстороннего доступа к ресурсам научно-технической библиотеки ФГАОУ ВО РГУ Нефти и газа (НИУ) им. И.М. Губкина и ФГБОУ ВО «ТИУ» <http://elib.gubkin.ru/> Количество пользователей неограниченно, онлайн-доступ с любой точки, где есть Интернет.

2. Договор № Б124/2019/09-20/2019 от 20.12.2019 на оказание услуг по предоставлению двустороннего доступа к ресурсам научно-технической библиотеки ФГБОУ ВО «УГНТУ» и ФГБОУ ВО «Тюменский индустриальный университет» <http://bibl.rusoil.net> Количество пользователей неограниченно, онлайн-доступ с любой точки, где есть Интернет.

3. ЭБС «Издательства Лань» Гражданско-правовой договор № 5066-19 от 31.07.2019 с ООО «Издательство ЛАНЬ» <http://e.lanbook.com> Количество пользователей неограниченно, онлайн-доступ с любой точки, где есть Интернет.

4. Электронно-библиотечная система ВООК.ru Гражданско-правовой договор №5931-19 от 29.08.2019 с ООО «КноРус медиа» на оказание услуг по предоставлению

доступа к электронно-библиотечной системе ВООК.ru <https://www.book.ru> Количество пользователей неограниченно, онлайн-доступ с любой точки, где есть Интернет.

5. «Электронное издательство ЮРАЙТ» Гражданско-правовой договор № 5068-19 от 09.07.2019 с ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ» на оказание услуг по предоставлению доступа к ЭБС [www.biblio-online.ru](http://www.biblio-online.ru)» Количество пользователей неограниченно, онлайн-доступ с любой точки, где есть Интернет.

7. Собственная полнотекстовая база (ПБД) БИК ТИУ <http://elib.tyuiu.ru/>

8. Система поддержки дистанционного обучения [Электронный ресурс].

URL:<http://educon.tsogu.ru:8081/login/index.php>

#### **Интернет-ресурсы:**

1. Электронный каталог уфимского государственного нефтяного технического университета

2. Электронная нефтегазовая библиотека российского государственного университета нефти и газа имени И.М. Губкина

3. Библиотечно-информационный комплекс ухтинского государственного технического университета

4. Система Технорматив

5. Система «Консультант+» подключен полный пакет правовой информации

6. Справочно-правовая система «Гарант» подключен полный пакет правовой информации

7. Базы данных Федеральной службы по интеллектуальной собственности, патентам и товарным знакам (Роспатент)

## КАРТА ОБЕСПЕЧЕННОСТИ ДИСЦИПЛИНЫ УЧЕБНОЙ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРОЙ

Учебная дисциплина «Физическая культура и спорт»  
 Кафедра физического воспитания  
 Направление: 27.03.05 «Инноватика» профиль «Финансово-экономическое  
 управление инновациями»


Форма обучения:  
 Очная: 1 курс; 1-2 семестр  
 Заочная: 1 курс; 2 семестр

### 1. Фактическая обеспеченность дисциплины учебной и учебно-методической литературой

Учебная, учебно-методическая литература по рабочей программе	Название учебной и учебно-методической литературы, автор, издательство	Год издания	Вид издания	Вид занятий	Кол-во экземпляров в БИК	Контингент обучающихся, использующих указанную литературу	Обеспеченность обучающихся литературой, %	Место хранения	Наличие эл. варианта в электронно-библиотечной системе ТИУ
Основная	<b>Муллер, Арон Беркович.</b> Физическая культура [Текст : Электронный ресурс] : Учебник и практикум / А. Б. Муллер. - М. : Издательство Юрайт, 2018. - 424 с. - (Бакалавр. Прикладной курс). - Режим доступа: <a href="http://www.biblio-online.ru/book/55A7A059-CBEC-44C9-AC81-63431889BBB7">http://www.biblio-online.ru/book/55A7A059-CBEC-44C9-AC81-63431889BBB7</a>	2018	УП	Л, ПР, СР	ЭР*	25	100	БИК	ЭБС «Юрайт»
	<b>Физическая культура</b> : учебник и практикум для вузов / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богашенко, А. Ю. Близневский, С. К. Рябинина. - Москва : Юрайт, 2020. - 424 с. - (Высшее образование). - URL: <a href="https://urait.ru/bcode/449973">https://urait.ru/bcode/449973</a>	2020	УП	ПР, СР	ЭР*	25	100	БИК	+
	<b>Физическая культура и спорт</b> : учебное пособие / А. В. Зюкин, В. С. Кунарев, А. Н. Дитятин [и др.] ; под редакцией А. В. Зюкина ; : Л. Н. Шелковой, М. В. Габова. - Санкт-Петербург : Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, 2019. - 372 с. - URL: <a href="http://www.iprbookshop.ru/98630.html">http://www.iprbookshop.ru/98630.html</a> .	2019	УП	Л, ПР	ЭР*	25	100	БИК	+
Дополнительная	<b>Физическая культура</b> [Текст]: методические указания к лекционным занятиям по дисциплине "Физическая культура" для студентов всех специальностей и направлений подготовки очной и заочной форм обучения / сост.: Ю. А. Петрова [и др.]. - Тюмень : ТИУ, 2017. - 28 с. <a href="http://elibr.tyuiu.ru/wp-content/uploads/data/2017/09/05/17-122.pdf">http://elibr.tyuiu.ru/wp-content/uploads/data/2017/09/05/17-122.pdf</a>	2017	МУ	Л	5+ ЭР*	25	100	БИК	ПБД
	<b>Наймушина, Алла Геннадьевна.</b> Физическая культура [Текст: Электронный ресурс]: учебное пособие / А. Г. Наймушина ; ТИУ. - Тюмень: ТИУ, 2017. - 76 с.: рис., табл.-Режим доступа: <a href="http://elibr.tyuiu.ru/wp-content/uploads/data/2018/04/11/Naimushina.pdf">http://elibr.tyuiu.ru/wp-content/uploads/data/2018/04/11/Naimushina.pdf</a> .	2017	УП	Л, ПР	7+ ЭР*	25	100	БИК	ПБД

ЭР\* - электронный ресурс без ограничения числа одновременных подключений к ЭБС.

ПБД – полнотекстовая база данных

Заведующий кафедрой физического воспитания  В.Я. Субботин  
 « 11 » 06 2020 г.

Директор БИК  Д.Х. Каюкова



**Планируемые результаты обучения для формирования компетенции и критерии их оценивания**

Код и наименование компетенции	Результаты обучения по дисциплине (модулю)	Критерии оценивания результатов обучения			
		1-2 (неудовлетворительно)	3 (удовлетворительно)	4 (хорошо)	5 (отлично)
ОК-8 Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знать: значение физической культуры в формировании общей культуры личности при общении к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни, укреплении здоровья человека, профилактике вредных привычек; основы ведения здорового образа жизни средствами физической культуры; способы профилактики профессиональных заболеваний и вредных привычек	Не демонстрирует знания и терминологию о физической культуре в формировании общей культуры личности при общении к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни, укреплении здоровья человека, профилактике вредных привычек; основы ведения здорового образа жизни средствами физической культуры; способы профилактики профессиональных заболеваний и вредных привычек	Демонстрирует неполные знания и терминологию о физической культуре в формировании общей культуры личности при общении к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни, укреплении здоровья человека, профилактике вредных привычек; основы ведения здорового образа жизни средствами физической культуры; способы профилактики профессиональных заболеваний и вредных привычек	Демонстрирует достаточные знания и терминологию о физической культуре в формировании общей культуры личности при общении к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни, укреплении здоровья человека, профилактике вредных привычек; основы ведения здорового образа жизни средствами физической культуры; способы профилактики профессиональных заболеваний и вредных привычек	Демонстрирует исчерпывающие знания о физической культуре в формировании общей культуры личности при общении к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни, укреплении здоровья человека, профилактике вредных привычек; основы ведения здорового образа жизни средствами физической культуры; способы профилактики профессиональных заболеваний и вредных привычек

	<p>Уметь: поддерживать уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Не умеет поддерживать уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Умеет поддерживать уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, допуская ряд ошибок</p>	<p>Умеет поддерживать уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, допуская незначительные неточности</p>	<p>В совершенстве умеет поддерживать уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p>
	<p><b>Владеть:</b> средствами и методами повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья; понятием о ценностях физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности</p>	<p>Не владеет средствами и методами повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья; понятием о ценностях физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.</p>	<p>Владеет средствами и методами повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья; понятием о ценностях физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности, допуская ряд ошибок</p>	<p>средствами и методами повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья; понятием о ценностях физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности, допуская незначительные неточности</p>	<p>В совершенстве владеет средствами и методами повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья; понятием о ценностях физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности</p>