

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Волхонов Михаил Станиславович

Должность: Врио ректора

Дата подписания: 12.10.2021 13:26:06

Уникальный программный ключ:

b2dc75470204bc2bfec58d577a1b983ee223ea2753974baadc272df0016c6c81

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ

УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

"КОСТРОМСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ"

Согласовано:

Председатель методической комиссии
экономического факультета

_____ Е.В. Королева

11 мая 2021 года

Утверждаю:

Декан экономического факультета

_____ Н.А. Серeda

12 мая 2021 года

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Адаптивная физическая культура

Специальность 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)

Квалификация бухгалтер

Форма обучения очная

Срок освоения ППССЗ 2 года 10 месяцев

На базе основного общего образования

При разработке рабочей программы дисциплины в основу положены:

- 1) ФГОС среднего профессионального образования по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям), утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 69 от 05 февраля 2018 года.
- 2) Учебный план специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям), одобрен Ученым советом ФГБОУ ВО Костромской ГСХА от 17 февраля 2021 года, протокол № 2.

Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании кафедры физической культуры и спорта от 30 апреля 2021 г., протокол № 7а

Заведующий кафедрой, Якунин Ю.И.

Разработчик:
Заведующий кафедрой физической культуры и спорта, Якунин Ю.И.

Рецензент:

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

1.1. Область применения программы.

Программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям).

Программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании (в программах повышения квалификации и переподготовки)

Область профессиональной деятельности выпускников:

Выпускники, освоившие образовательную программу, могут осуществлять профессиональную деятельность в области 08 Финансы и экономика.

Объектами профессиональной деятельности выпускников являются:

- активы и обязательства организации;
- факты хозяйственной жизни;
- финансово-хозяйственная информация;
- бухгалтерская отчетность.

Виды профессиональной деятельности выпускников:

- документирование хозяйственных операций и ведение бухгалтерского учета активов организации;
- ведение бухгалтерского учета источников формирования активов, выполнение работ по инвентаризации активов и финансовых обязательств организации;
- проведение расчетов с бюджетом и внебюджетными фондами;
- составление и использование бухгалтерской (финансовой) отчетности;
- освоение должности служащего «Кассир».

1.2 Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена дисциплина «Адаптивная физическая культура» относится к общегуманитарному и социально-экономическому циклу ОГСЭ.05.02

1.3 Цели и задачи дисциплины - требования к результатам освоения учебной дисциплины.

Цель дисциплины: формирование физической культуры личности и способности методически обоснованно и целенаправленно использовать средства физической культуры, сформировать индивидуальную здоровьесберегающую жизнедеятельность, обеспечивающую социальную мобильность, профессиональную надежность и устойчивость на рынке труда лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Задачи дисциплины:

- формирование осознанного отношения к своим физическим возможностям, потребности к их поддержанию и развитию;
- содействие общему улучшению самочувствия студентов с отклонениями в состоянии здоровья, повышение сил и возможностей, укрепление иммунитета;
- формирование знаний, необходимых для грамотного использования средств и методов физической культуры для физического саморазвития, профилактики заболеваний, двигательной реабилитации, повышения работоспособности, подготовки к профессиональной деятельности;
- развитие способности к выполнению необходимых и доступных физических нагрузок;
- формирование способности к преодолению не только физических, но и психологических барьеров, препятствующих полноценной жизнедеятельности;
- развитие потребности быть здоровым, насколько это возможно, вести здоровый образ жизни;
- формирование стремления к повышению умственной и физической работоспособности.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен:

- **уметь:** уметь использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;
- **знать:** о роли физической культуры в общепрофессиональном, культурном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни.

В результате освоения учебной дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями.

1.3.1. Общие компетенции (ОК):

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

1.4 Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

- максимальной учебной нагрузки обучающегося – 166 часов в том числе:
- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 160 часов.

2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Объем часов			
		Семестр №3	Семестр №4	Семестр №5	Семестр №6
Учебная нагрузка обучающихся во взаимодействии с преподавателем (всего)	160	32	56	36	36
в том числе:					
теоретическое обучение	-	-	-	-	-
лабораторные занятия	-	-	-	-	-
практические занятия	160	32	56	36	36
контрольные работы	-	-	-	-	-
консультации	-	-	-	-	-
курсовая работа (проект)	-	-	-	-	-
Самостоятельная работа обучающегося (всего) в том числе:	-	-	-	-	-
самостоятельное изучение учебного материала	-	-	-	-	-
подготовка рефератов	-	-	-	-	-
подготовка к практическим занятиям	-	-	-	-	-
подготовка к текущему контролю знаний	-	-	-	-	-
самостоятельная работа над курсовой работой (проектом)	-	-	-	-	-
Промежуточная аттестация	зачет 6 часов	зачет 4 часа	зачет 2 часа	зачет	зачет
Объем образовательной нагрузки, часов	166	36	58	36	36

2.2 Тематический план и содержание дисциплины

Наименование тем	Содержание учебного материала, практических работ, самостоятельная работа обучающихся.	Объем часов	Уровень усвоения
1	2	3	4
	Раздел 1 Теоретический материал		
Тема 1.3. Основы здорового образа жизни обучающихся. Физическая культура в обеспечении здоровья.	Содержание учебного материала Здоровье человека, его ценность и значимость для профессионала. Взаимосвязь общей культуры обучающихся и их образа жизни. Современное состояние здоровья молодежи. Личное отношение к здоровью как условие формирования здорового образа жизни. Двигательная активность. Влияние экологических факторов на здоровье человека. О вреде и профилактике курения, алкоголя, наркомании. Влияние наследственных заболеваний в формировании здорового образа жизни. Рациональное питание и профессия. Режим в трудовой и учебной деятельности. Активный отдых. Гигиенические средства оздоровления и управления работоспособностью.	В процессе практических занятий	2,3
Тема 1.4. Психофизические основы учебного и производственного труда. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.	Содержание учебного материала Психофизиологическая характеристика будущей производственной деятельности и учебного труда обучающихся по программе СПО. Динамика работоспособности обучающихся в учебном году и факторы, ее определяющие. Основные причины изменения общего состояния обучающихся в период экзаменационной сессии. Критерии нервно-эмоционального, психического, и психофизического утомления обучающихся. Методы повышения эффективности производственного и учебного труда. Значение мышечной релаксации. Аутотренинг и его использование для повышения работоспособности.	В процессе практических занятий	2,3
Тема 1.5. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.	Содержание учебного материала Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий, их формы и содержание. Организация занятий физическими упражнениями различной направленности. Особенности самостоятельных занятий для юношей и девушек. Основные принципы построения самостоятельных занятий и их гигиена. Коррекция фигуры. Основные признаки утомления. Факторы регуляции нагрузки. Тесты для определения оптимальной индивидуальной нагрузки. Сенситивность в развитии профилирующих двигательных качеств.	В процессе практических занятий	2,3
Тема 1.6. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.	Содержание учебного материала Диагностика и самодиагностика состояния организма учащегося при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом. Врачебный контроль, его содержание. Самоконтроль, его основные методы, показатели и критерии оценки, использование методов стандартов, антропометрических индексов, номограмм, функциональных проб, упражнений — тестов для оценки физического развития, телосложения, функционального состояния организма, физической подготовленности. Коррекция содержания и методики занятий физическими упражнениями и спортом по результатам показателей контроля.	В процессе практических занятий	2,3
	Раздел 2 Методико-практические занятия	8	2,3

Тема 2.1 Методы самоконтроля за функциональным состоянием	Содержание учебного материала	4	
	Изучение учебного материала, подготовка к опросу. Восстанавливающие физические упражнения Оздоровительный бег и ходьба.		
Тема 2.1 Методика составления и проведения части занятия	Содержание учебного материала	4	
	Составление конспекта части занятия. Проведение части занятия с группой.		
	Раздел 3 Практические занятия	122	2
Тема 3.1 Общая физическая подготовка: развитие гибкости, силовой выносливости, общей выносливости	Содержание учебного материала	16	
	Динамическое и статическое растягивание. Активное и пассивное растягивание Комплексы силовой гимнастики Оздоровительная ходьба Оздоровительный бег		
Тема 3.2 Фитнес: комплексы для развития гибкости и силовой выносливости	Содержание учебного материала	16	2
	Комплексы упражнений в партере для развития гибкости Комплексы упражнений с фитболом, с гантелями		
Тема 3.3 Лечебная физическая культура: комплексы ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой и дыхательной систем, нарушениях зрения	Содержание учебного материала	16	2
	Комплексы ЛФК при ВСД и гипертонии Комплексы ЛФК при заболеваниях дыхательной системы Методика занятий при заболеваниях органов зрения		
Тема 3.4. Общая физическая подготовка: развитие общей выносливости	Содержание учебного материала	26	2
	Оздоровительная ходьба Оздоровительный бег Аэробика		
Тема 3.5 Фитнес: программы самостоятельных занятий комплексной направленности	Содержание учебного материала	16	2
	Комплексы фитнеса для занятий в домашних условиях (со снарядами, без снарядов), включающие аэробные упражнения, силовые упражнения и стрейчинг		

Тема 3.6 Лечебная физическая культура: комплексы дыхательной гимнастики	Содержание учебного материала	16	2
	Значение дыхательных упражнений для сохранения и укрепления здоровья. Методика з дыхательной гимнастикой.		
Тема 3.7. Лечебная физическая культура: комплексы ЛФК при заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата	Содержание учебного материала	16	2
	Комплексы ЛФК при сколиозе		
	Комплексы ЛФК при остеохондрозе Комплексы ЛФК при артрозе		
	Раздел 4. Контрольные занятия	20	2
Тема 4.1. Оценка уровня физической и технической подготовленности.	Содержание учебного материала		
	Выполнение контрольных испытаний		
Промежуточный контроль знаний - зачет		6	
Всего:		166	

2.3. Примерная тематика курсовых проектов (работ), расчетно-графических работ

Не предусмотрены

2.4 Самостоятельная работа обучающегося

2.4.1. Виды СРС.

Не предусмотрены.

2.4.2. График работы обучающегося

График работы обучающегося представлен в рейтинг-плане дисциплины «Адаптивная физическая культура».

2.5 Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

Оценочные средства представлены в фонде оценочных средств по дисциплине

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению дисциплины

Реализация программы дисциплины требует наличия спортивных залов и площадок:

№ п/п	Наименование дисциплины (модуля), практик в соответствии с учебным планом	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Физическая культура	Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа	<p align="center">Аудитория 532</p> <p align="center">G620/2GB/1TB, проектор Benq. Программное обеспечение: Windows XP Prof, Microsoft Office 2003 Std. Microsoft Open License 64407027,47105956</p>
		<p>Учебные аудитории для проведения лабораторно-практических занятий и занятий семинарского типа</p> <p>Учебные аудитории для групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации</p>	<p align="center">Спортивный зал (30 * 15) м игровой</p> <p>оснащен: баскетбольные щиты, футбольные ворота, волейбольная сетка, гимнастическая сетка, игровой инвентарь.</p> <p align="center">Зал атлетической гимнастики</p> <p>оснащен: силовыми тренажерами, штангами, гантелями, гириями</p> <p align="center">Зал фитнеса</p> <p>оснащен: велотренажеры (3 шт.), тренажер беговая дорожка, гантели, фитболы, бодибары, обручи, степ-платформы и т.д.</p> <p align="center">Спортивный зал (16 * 16)</p> <p>оснащен: теннисные столы (4 шт), степ-платформы, медболы, гантели, гимнастические коврики, игровой инвентарь, штанги, тренажеры</p> <p align="center">Лыжная база</p> <p>оснащена: 300 комплектов лыжного инвентаря, танги, тренажеры</p> <p align="center">Легкоатлетический манеж</p> <p>Беговая дорожка 200 м. Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий</p> <p align="center">Стрелковый тир</p> <p>Винтовка пневматическая ИЖ 38 -3 шт., Винтовка пневматическая ИЖ-38 Ц – 6 шт., Винтовка пневматическая спортивная (ГДР) -3 шт. Винтовка пневматическая</p>

		<p>спортивная WEINVERBAU – 1 шт., Кейс для переноски оружия 1 шт., Куртка стрелковая – 1 шт. Брюки стрелковые – 1 шт. Шкаф оружейный – 3 шт. Мишенная установка -1 шт. Установка для стрельбы для пневматического оружия – 3 шт. Труба смотровая – 2 шт.</p> <p>Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий 2 беговые дорожки по 50 м.</p>
	Учебные аудитории для самостоятельной работы	<p>Аудитория 340</p> <p>Оснащенная специализированной мебелью и техническими средствами обучения: Intel(R) Pentium(R) CPU G4600 @ 3.60GHz, 12 шт. Программа для компьютерного контроля знаний студентов по теоретическому и практическому материалу дисциплины SunRav TestOfficePro. Программное обеспечение: License 64407027, Microsoft Office 2010 Russian Academic Open License 47105956, Kaspersky Endpoint Security Standart Edition Educational. SunRav TestOfficePro .</p> <p>Читальный зал библиотеки с методическим кабинетом: Библиотечный фонд. Столы – 60 шт., стулья – 60 шт., оргтехника (ксерокс)</p>

3.2 Информационное обеспечение обучения

а) основная литература:

Наименование	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы	Количество экземпляров
Учебно-методическое пособие	Филиппова, Ю. С. Физическая культура: учебно-методическое пособие / Ю. С. Филиппова. - Москва: ИНФРА-М, 2020. - 197 с. - (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-16-015948-5. - Текст: электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1071372 . – Режим доступа: по подписке.	Неограниченный доступ
Учебник	Бишаева, А.А. Физическая культура [Текст] : учебник для НПО и СПО / А. А. Бишаева. - 7-е изд., стер. - М : Академия, 2014. - 304 с. - (Профессиональное образование. Общеобразовательные дисциплины). - ISBN 978-5-4468-1060-4	15
Учебник	Физическая культура [Текст] : учебник для СПО / Решетников Н.В. [и др.]. - 14-е изд., исправ. - М : Академия, 2014. - 176 с. - (Среднее профессиональное образование. Общие гуманитарные и социально-экономические дисциплины). - ISBN 978-5-4468-0604-1	15
Учебник	Лечебная физическая культура [Текст] : учебник для вузов / Попов С.В., ред. - 9-е изд., стереотип. - М. : Академия, 2013. - 416 с. : ил. - (Высшее профессиональное образование. Физическая культура и спорт. Бакалавриат). - ISBN 978-5-7695-9726-8. - гл. 213 : 479-60.	2

б) дополнительная литература:

Наименование	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы	Количество экземпляров
методические рекомендации	<p>Общеразвивающие упражнения на занятиях по физической культуре : методические рекомендации для студентов, обучающихся по программе подготовки специалистов среднего звена (СПО) специальностей: 07.02.01 Архитектура, 23.02.03 Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта, 35.02.15 Кинология, 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет, 43.02.05 Флористика / сост. В.Б. Кривошеева. — Караваево : Костромская ГСХА, 2021. — 38 с.</p>	100
учебно-методическое пособие	<p>Подвижные игры на занятиях легкой атлетикой, баскетболом, волейболом, общефизической подготовкой: учебно-методическое пособие / сост. Ю.И. Якунин, С.Н. Якунина. — Караваево: Костромская ГСХА, 2020. — 38 с.</p>	100
методические рекомендации	<p>Самостоятельные физкультурно-оздоровительные занятия: методические рекомендации для организации самостоятельной работы по дисциплине «Адаптивная физическая культура» обучающихся 1-2 курсов всех специальностей и направлений подготовки / составители О.Н. Токмакова, Ю.И. Якунин. - Караваево, Костромская ГСХА, 2020. – 32 с.</p>	100
учебно-методическое пособие	<p>Физическая культура и спорт: учебно-методическое пособие для студентов 1-2 курсов всех специальностей и направлений подготовки очной и заочной форм обучения / сост. О.Н. Токмакова. — Караваево : Костромская ГСХА, 2020. — 58 с.</p>	100

в) профессиональные базы данных и информационные справочные системы

<p>Наименование электронно-библиотечной системы, предоставляющей возможность круглосуточного дистанционного индивидуального доступа для каждого обучающегося из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет, адрес в сети Интернет / базы данных</p>	<p>Сведения о правообладателе электронно-библиотечной системы, базы данных и заключенном с ним договоре, включая срок действия заключенного договора</p>	<p>Сведения о наличии зарегистрированной в установленном порядке базе данных материалов электронно-библиотечной системы и / или Сведения о наличии зарегистрированного в установленном порядке электронного средства массовой информации</p>	<p>Наличие возможности одновременного индивидуального доступа к электронно-библиотечной системе, в том числе одновременного доступа к каждому изданию, входящему в электронно-библиотечную систему, не менее чем для 25 процентов обучающихся по каждой из форм получения образования</p>
<p>Электронно-библиотечная система издательства «Лань» http://e.lanbook.com</p>	<p>ООО «ЭБС Лань». Договор №01/2019 от 15.03.2019г. действует до 21.03.2020г.; Договор № 02/2019 от 15.03.2019г. действует до 21.03.2020г. Договор № 03/2019 от 15.03.2019г. действует до 21.03.2020г. Договор № 04/2019 от 15.03.2019г. действует до 21.03.2020г. Соглашение о сотрудничестве №115/19 от 04.03.2018 до 20.03.2020г.</p>	<p>Свидетельство о государственной регистрации базы данных № 2011620038 от 11.01.2011 «Издательство Лань. Электронно-библиотечная система» / Свидетельство о регистрации СМИ ЭЛ № ФС77-42547 от 03.11.2010 г.</p>	<p>Возможен одновременный индивидуальный неограниченный доступ к каждому изданию, входящему в электронно-библиотечные системы без ограничений</p>
<p>Научная электронная библиотека http://www.eLibrary.ru</p>	<p>ООО НАУЧНАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ БИБЛИОТЕКА, Лицензионное соглашение от 31.03.2017, без ограничения срока</p>	<p>Свидетельство о государственной регистрации базы данных № 2010620732 от 14.12.2010 «Электронно-библиотечная система eLibrary», правообладатель ООО «РУНЭБ» / Свидетельство о регистрации СМИ ЭЛ № ФС77-42487 от 27.10.2010 г.</p>	<p>Возможен одновременный индивидуальный неограниченный доступ к каждому изданию, входящему в электронно-библиотечные системы без ограничений</p>
<p>Электронная библиотека Костромской ГСХА http://lib.ksaa.edu.ru/marcweb</p>	<p>НПО «ИнформСистема» Лицензионное соглашение № 070420080839 от 07.04.2008</p>	<p>Номер лицензии на использование программного продукта АБИС МАРК SQL 070420080839. Право использования принадлежит ФГБОУ ВПО Костромская ГСХА</p>	<p>Возможен одновременный индивидуальный неограниченный доступ к каждому изданию, входящему в электронно-библиотечные системы без ограничений</p>

Национальная электронная библиотека http://нэб.рф	ФГБУ «РГБ» Договор №101/НЭБ/1303 от 27.01.2016 с неограниченной пролонгацией	Свидетельство о регистрации СМИ № 77-814 от 28.14.1999г.	Возможен одновременный индивидуальный неограниченный доступ к изданиям, подлежащим свободному использованию. Доступ к изданиям, охраняемым авторским правом, возможен из Электронного читального зала
---	--	--	---

г) лицензионное программное обеспечение

Наименование программного обеспечения	Сведения о правообладателе (лицензиат, номер лицензии, дата выдачи, срок действия) и заключенном с ним договоре
Windows Prof 7 Academic Open License	Майкрософт, 47105956, 30.06.2010, постоянная
Microsoft Office 2010 Russian Academic Open License	Майкрософт, 47105956, 30.06.2010, постоянная
Microsoft Windows SL 8.1 Russian Academic Open License	Майкрософт, 64407027, 25.11.2014, постоянная
Microsoft Office 2013 Russian Academic Open License	Майкрософт, 64407027, 25.11.2014, постоянная
Microsoft Exchange Standard 2007 Academic Device CAL	Майкрософт, 44794865, 13.11.2008, постоянная
Программное обеспечение «Антиплагиат»	АО «Антиплагиат», лицензионный договор №2831 от 11.09.2020, 1 год
Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499Node 1 year Educational Renewal License	ООО «ДримСофт», договор №111 от 18.03.2021, 1 год, лицензионный договор № 99 о передаче неисключительных авторских прав от 18.03.2021

3. КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

№ п/п	Наименование предмета, дисциплины (модуля) в соответствии с учебном планом	Характеристика педагогических работников							
		фамилия, имя, отчество, должность по штатному расписанию	какое образовательное учреждение окончил, специальность (направление подготовки) по документу об образовании	ученая степень, ученое (почетное) звание, квалифика -ционная категория	стаж педагогической (научно- педагогической) работы			основное место работы, должность	условия привлечения к педагогической деятельности
					всего	в т.ч. педагогической работы			
				всего		в т.ч. по указанному предмету, дисциплине (модулю)			
1	Адаптивная физическая культура	Агафонов Андрей Романович, доцент	Костромской педагогический институт, история Костромской ГУ, профессиональная переподготовка «Адаптивная физическая культура»	Канд. пед. наук	28	18	2	ФГБОУ ВО Костромская ГСХА, доцент	Штатный работник

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.</p> <p>ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития; заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации</p> <p>- знать: о роли физической культуры в общепрофессиональном, культурном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни</p> <p>- уметь: уметь использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;</p>	<p>Оценка контрольных упражнений, характеризующих развитие у обучающихся основных физических качеств, двигательных умений и навыков, необходимых для полноценной жизнедеятельности и будущей профессиональной деятельности.</p> <p>Оценка техники выполнения упражнений по видам спорта раздела 3.</p> <p>Оценка применения методов самоконтроля при занятиях физическими упражнениями.</p> <p>Оценка проведения подготовительной части занятия.</p>
<p>ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями</p> <p>- знать: о роли физической культуры в общепрофессиональном, культурном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни.</p>	<p>Оценка усвоения теоретического материала при выполнении тестирований по темам раздела 1 дисциплины, собеседовании, выполнения заданий на практическом занятии.</p> <p>Оценка применения методов самоконтроля при занятиях физическими упражнениями.</p>
<p><i>Промежуточный контроль</i></p>	<p><i>зачет</i></p>

Приложение 1 Карта результатов освоения дисциплины

Наименование дисциплины: Адаптивная физическая культура					
Цель дисциплины		формирование физической культуры личности обучающихся.			
Задачи		раскрытие общих компетенций			
В процессе освоения данной дисциплины студент формирует и демонстрирует следующие					
Общие компетенции					
Индекс компет енции	Формулировка	Перечень компонентов	Технологии формирования*	Форма оценочного средства **	Уровни освоения компетенций*
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	знать: о роли физической культуры в общепрофессиональном, культурном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни. уметь: - использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга.	Самостоятельная работа Методико-практические и практические занятия	Тестирование письменное Реферат	1-2
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.	знать: о роли физической культуры в общепрофессиональном, культурном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни. владеть: - современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью.	Самостоятельная работа Методико-практические и практические занятия	Самостоятельное проведение части занятия Измерение частоты сердечных сокращений при выполнении нагрузки разной интенсивности. Реферат	1-2

<p>ОК 8.</p>	<p>Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.</p>	<p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств; - физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности; - техническими приёмами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности. 	<p>Самостоятельная работа</p> <p>Методико-практические и практические занятия</p> <p>Практические занятия</p> <p>Самостоятельная работа</p> <p>Практические занятия</p> <p>Самостоятельная работа</p>	<p>Измерение частоты сердечных сокращений при выполнении нагрузки разной интенсивности.</p> <p>Реферат</p> <p>Контрольные испытания для оценки уровня развития физических качеств</p> <p>Оценка степени овладения техническими элементами видов спорта</p>	<p>1-2</p>
---------------------	--	---	---	--	------------

