

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Волхонов Михаил Владимирович

Должность: Врио ректора

Дата подписания: 17.05.2020 14:47:24

Уникальный программный ключ:

b2dc75470204bc2bfec58d577a1b983ee225ea27359a45aa8c272df061b6ce81

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ДЕПАРТАМЕНТ НАУЧНО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ ПОЛИТИКИ И ОБРАЗОВАНИЯ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
"КОСТРОМСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ"

Согласовано:

Председатель методической комиссии  
архитектурно-строительный факультет

Утверждаю:

Декан  
архитектурно-строительного факультета

\_\_\_\_\_/Примакина Е.И./

«1» июля 2020 года

\_\_\_\_\_/Цыбакин С.В./

«8» июля 2020 года

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### ОУД.06 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Уровень ППСЗ: Базовый

Специальность: 07.02.01 Архитектура

Форма обучения: очная

Срок освоения ППСЗ: нормативный, 3 года 10 месяцев

На базе: основного общего

Караваево 2020

При разработке программы учебной дисциплины в основу положены:

- 1) ФГОС СПО по направлению специальности: 07.02.01 «Архитектура», утвержденный приказом №850 Министерством образования и науки РФ от «28» июля 2014 г.
- 2) Учебный план специальности: 07.02.01 «Архитектура», одобрен Ученым советом ФГБОУ ВО Костромской ГСХА от «19» февраля 2019 г., протокол № 2

Рабочая программа учебной дисциплины одобрена на заседании кафедры физической культуры и спорта протокол № 8 от 7 мая 2020 г.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_

Разработчик \_\_\_\_\_

Рецензент:

\_\_\_\_\_  
(занимаемая должность)

\_\_\_\_\_  
(подпись)

\_\_\_\_\_  
(инициалы, фамилия)

## Содержание

### 1 ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1 Область применения программы

1.2 Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

1.3 Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины

1.4 Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины

### 2 СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем дисциплины и виды учебной работы

2.2 Тематический план и содержание дисциплины

2.3 Примерная тематика курсовых проектов (работ)

2.4 Самостоятельная работа обучающегося

2.4.1 Виды СРС

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

### 3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

3.2 Информационное обеспечение обучения

3.3 Кадровое обеспечение образовательного процесса

### 4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Приложения 1 Карта результатов освоения дисциплины

## **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **1.1 Область применения программы.**

Программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ), согласно ФГОС СПО по специальности 07.02.01 Архитектура.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована другими образовательными учреждениями, реализующими образовательную программу среднего (полного) общего образования

**1.2 Место учебной дисциплины в структуре ППССЗ:** дисциплина (ОУД.6) - «Физическая культура» (базовый уровень) входит в состав цикла базовых общеобразовательных дисциплин ППССЗ по специальности СПО 07.02.01 Архитектура.

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

**уметь:**

**У-1** - использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;

**владеть:**

**Н-1** - современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

**Н-2** - основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;

**Н-3** - физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

**Н-4** - техническими приёмами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.

### **1.4 Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:**

- максимальной учебной нагрузки обучающегося - 234 часов;
- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 117 часов;
- самостоятельной работы обучающегося - 117 часов.

## 2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Объем часов	
		№ <u>1</u>	№ <u>2</u>
		часов	часов
1	2	3	4
Максимальная учебная нагрузка (всего)	234	92	142
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) в том числе:	117		
теоретическое обучение			
практические занятия		51	66
Самостоятельная работа обучающегося (всего) в том числе:	117	41	76
<i>изучение дополнительной литературы.</i>	4	2	2
<i>подготовка рефератов по темам теоретического раздела.</i>	4	2	2
<i>подготовка конспектов подготовительной части занятия.</i>	4	2	2
<i>работа над отстающими качествами.</i>	57	17	40
<i>подготовка к контрольным испытаниям физической и технической подготовке.</i>	48	18	30
Итоговая аттестация в форме		зачет	зачет

## 2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
<b>1 семестр</b>			
<b>Раздел 1. Теоретический материал</b> Тема 1.1 Физическая культура и спорт как социальные феномены общества	<b>Содержание учебного материала.</b> Основные понятия, связанные с физической культурой. Краткая история развития физической культуры. Современное состояние физической культуры и спорта. Олимпийское движение. Цели физической культуры в вузе. Физическая культура личности. Система физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в учебном заведении.	в процессе практических занятий	1,2
	<b>Самостоятельная работа</b> Самостоятельное изучение учебного материала. Подготовка к письменному опросу. Работа с дополнительной литературой. Подготовка к тестированию (текущий контроль знаний по теме).	2	
<b>Раздел 2. Методико-практические занятия</b> Тема 2.1. Простейшие методики самооценки работоспособности, применение средств физической культуры для ее коррекции.	<b>Содержание учебного материала.</b> Измерение частоты сердечных сокращений при выполнении нагрузки разной интенсивности. Бег и ходьба в разном темпе. Восстанавливающие физические упражнения. Оздоровительный бег и ходьба.	2	1,2
	<b>Самостоятельная работа</b> Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя. Самостоятельное измерение ЧСС в течение дня.	2	
<b>Раздел 3. Практические занятия.</b>  Тема 3.7 Легкая	<b>Содержание учебного материала.</b>		2

атлетика	Бег 3000 м (юн), 2000 м (дев.) Развитие общей выносливости.	5	
	Бег 100 м. Низкий старт, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование. Техника выполнения беговых упражнений.	2	2
Тема 3.9 Гимнастика	Техника выполнения прыжковых упражнений.	2	
	Подтягивание на перекладине (юн.), сгибание и разгибание рук в упоре лежа (дев.). Общеразвивающие упражнения.	2	2
Тема 3.1 Баскетбол	В висе поднимание ног до касания перекладины (юн.), поднимание и опускание туловища из положения лежа на спине (дев.)	2	2
Тема 3.2 Волейбол	Техника ловли и передачи мяча одной, двумя руками	2	2
	Техника ведения мяча правой, левой рукой	2	
	Игра по упрощенным правилам	2	
Тема 3.10 Настольный теннис	Передача мяча сверху двумя руками	2	2
Тема 3.4 Футбол (юноши)	Передача мяча снизу двумя руками	2	
	Игра по упрощенным правилам	2	
Тема 3.5 Фитнес (девушки)	Обучение игровым стойкам, перемещениям, способам хвата ракетки.	2	2
	Подача. Приём подач	2	
Тема 3.6 Силовые виды спорта (юноши)	Техника ведения мяча внутренней, наружной частью стопы и прямым подъемом. Техника передачи мяча	2	2
	Игра по упрощенным правилам	2	
	Техника базовых шагов	2	2
	Техника аэробной части занятия	2	
	Комплекс упражнений для мышц верхних конечностей (техника)	2	2
	Комплекс упражнений для мышц спины (техника)	2	
	<b>Самостоятельная работа</b>		
	Самостоятельная работа над отстающими физическими качествами и техническими умениями, выполнение специальных упражнений.		

	Подготовка к практическим занятиям и контрольным испытаниям с использованием методических рекомендаций преподавателя. Самостоятельное изучение дополнительной литературы.	17 18 6	
	В 1-м семестре	92	
<b>2 семестр</b>			
<b>Раздел 1. Теоретический материал</b> Тема 1.2. Социально-биологические основы физической культуры	<b>Содержание учебного материала.</b> Социальные основы физической культуры. Спортивные организации. Законодательные акты. Взаимоотношения. Традиции. Правила. Международное спортивное движение. Медико-биологические основы физической культуры. организм человека как саморегулирующаяся, самовосстанавливающаяся система. Механизмы обеспечения двигательной деятельности. Процессы утомления и восстановления. Влияние физических упражнений на жизнедеятельность организма и работоспособность человека.	в процессе практических занятий	<b>2</b>
	<b>Самостоятельная работа</b> Самостоятельное изучение учебного материала. Подготовка к письменному опросу. Работа с дополнительной литературой. Подготовка к тестированию (текущий контроль знаний по теме).	<b>2</b>	
<b>Раздел 2. Методико-практические занятия</b> Тема 2.2 Методика составления и проведения подготовительной части занятия	<b>Содержание учебного материала.</b> Составление комплекса общеразвивающих физических упражнений. Проведение подготовительной части занятия с группой.	2	2,3
	<b>Самостоятельная работа</b> Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя. Самостоятельная разработка и написание конспекта подготовительной части занятия.	2	



<b>Раздел 3. Практические занятия.</b>	<b>Содержание учебного материала.</b>		
Тема 3.1 Баскетбол	Остановка после ведения мяча, повороты на месте	2	2
Тема 3.2 Волейбол	Техника броска мяча в корзину	2	
	Игра по упрощенным правилам	4	
Тема 3.3 Лыжная подготовка	Верхняя прямая подача. Подводящие и специальные упражнениями.	2	2
	Нижняя прямая подача. Подводящие и специальные упражнениями.	2	
	Игра по упрощенным правилам.	4	
Тема 3.4 Футбол (юноши)	Обучение технике классических лыжных ходов.	2	2
	Изучение техники конькового хода.	2	
	Изучение техники спуска и подъема на лыжах.	2	
	Прохождение дистанции до 5 км (девушки) и до 8 км (юноши)	7	
Тема 3.5 Фитнес (девушки)	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	2	2
	Выполнение свободного удара	2	
Тема 3.7 Легкая атлетика	Игра по упрощенным правилам	4	
	Техника упражнений в партере	4	
Тема 3.8 Общая физическая подготовка	Техника заключительной части занятия	4	2
	Бег 200 м, Повторный бег на отрезках 50-150 метров.	5	
	Бег 30 м. Техника низкого старта. Старты из разных ИП.	2	
	Бег 500 и 1000 м	2	2
	или марш-бросок 5 км (юн.) 3 км(дев.)	2	
	Челночный бег 3x10 метров. Старты из разных ИП.	2	
	Выполнение теста для определения гибкости	2	2
Прыжок в длину с места	2		
	<b>Самостоятельная работа</b>		

	Самостоятельная работа над отстающими физическими качествами и техническими умениями, выполнение специальных упражнений. Подготовка к практическим занятиям и контрольным испытаниям с использованием методических рекомендаций преподавателя. Самостоятельное изучение дополнительной литературы.	40 30 6	2
	Во 2-м семестре	142	
	<b>Всего:</b>	<b>234</b>	

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

Не предусмотрено.

## 2.4 Самостоятельная работа обучающегося

### 2.4.1 Виды СРС

№ семестра	Наименование разделов и тем	Виды СРС	Всего часов
1	2	3	4
1 1 2	<p align="center"><b>Раздел 1</b> <b>Теоретический материал</b></p> <p>Тема 1.1 Физическая культура и спорт как социальные феномены общества Тема 1.2. Социально-биологические основы физической культуры</p>	<p>Самостоятельное изучение учебного материала. Подготовка к письменному опросу. Подготовка к тестированию (текущий контроль знаний по теме). Работа с дополнительной литературой.</p>	6
2 1 2	<p align="center"><b>Раздел 2</b> <b>Методико-практические занятия</b></p> <p>Тема 2.1 Методы самоконтроля за функциональным состоянием Тема 2.1 Методика составления и проведения подготовительной части занятия</p>	<p>Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя. Самостоятельное измерение ЧСС в течение дня. Самостоятельная разработка и написание конспекта части занятия.</p>	6
1-2	<p align="center"><b>Раздел 3</b> <b>Практические занятия</b></p> <p>Тема 3.1. Баскетбол Тема 3.2 Волейбол Тема 3.3 Лыжная подготовка Тема 3.4. Футбол Тема 3.5. Фитнес (аэробика) Тема 3.6 Силовая подготовка Тема 3.7. Легкая атлетика. Тема 3.8 Общефизическая подготовка Тема 3.9 Гимнастика Тема 3.10 Настольный теннис</p>	<p>Самостоятельная отработка технических приемов, работа над отстающими игровыми качествами. Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя. Самостоятельное изучение учебного материала по теме. Самостоятельная работа над отстающими физическими качествами, выполнение специальных беговых упражнений. Самостоятельная разработка части занятия аэробикой.</p>	105
ИТОГО:			<b>117</b>

### 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 4 и площадок 3

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета информатики

<b>Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы</b>	<b>Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы</b>	<b>Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа</b>
Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа	<b>Аудитория 532</b> G620/2GB/1TB, проектор Benq	Windows XP Prof, Microsoft Office 2003 Std Microsoft Open License 64407027,47105956
Учебные аудитории для проведения лабораторно-практических занятий и занятий семинарского типа	Учебный кабинет <b>Спортивный зал (30 * 15) м игровой</b> Баскетбольные щиты, футбольные ворота, волейбольная сетка, гимнастическая сетка, игровой инвентарь. <b>Зал атлетической гимнастики</b> Силовые тренажеры, штанги, гантели, гири <b>Зал фитнеса</b> Велотренажеры (3 шт.), тренажер беговая дорожка, гантели, фитболы, бодибары, обручи, степ-платформы и т.д. <b>Спортивный зал (16 * 16)</b> Теннисные столы (4 шт), степ-платформы, медболы, гантели, гимнастические коврики, игровой инвентарь, штанги, тренажёры <b>Лыжная база</b> 300 комплектов лыжного инвентаря, танги, тренажеры <b>Легкоатлетический манеж</b> Беговая дорожка 200 м <b>Стрелковый тир</b> Пневматические винтовки, щиты, мишени <b>Открытый стадион широкого профиля с элементами</b>	

	<p><b>полосы препятствий</b> Беговая дорожка 400 м</p>	
<p>Учебные аудитории для самостоятельной работы</p>	<p><b>Аудитория 340</b>, оснащенная специализированной мебелью и техническими средствами обучения:</p> <p>Intel(R) Pentium(R) CPU G4600 @ 3.60GHz, 12 шт. Программа для компьютерного контроля знаний студентов по теоретическому и практическому материалу дисциплины SunRav TestOfficePro</p>	<p>License 64407027, Microsoft Office 2010 Russian Academic Open License 47105956, Kaspersky Endpoint Security Standart Edition Educational. SunRav TestOfficePro</p>
<p>Учебные аудитории для групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации</p>	<p><b>Аудитория 340</b>, оснащенная специализированной мебелью и техническими средствами обучения:</p> <p>Intel(R) Pentium(R) CPU G4600 @ 3.60GHz, 12 шт. Программа для компьютерного контроля знаний студентов по теоретическому и практическому материалу дисциплины SunRav TestOfficePro</p>	<p>License 64407027, Microsoft Office 2010 Russian Academic Open License 47105956, Kaspersky Endpoint Security Standart Edition Educational. SunRav TestOfficePro</p>

### 3.2 Информационное обеспечение обучения

#### а) Основная литература:

Наименование	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы	Используется при изучении разделов	Семестр	Количество экземпляров	
				в библиотеке	на кафедре
Учебник	<b>Физическая культура</b> [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. - к115	1,2	1-2	15	1
Методические рекомендации	<b>Общеразвивающие упражнения на занятиях по физической культуре в вузе</b> [Текст] : метод. рекомендации для обучающихся СПО всех специальностей / Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта ; Кривошеева В.Б. - Караваево : Костромская ГСХА, 2015. - 38 с. - к116 : 17-00.	1,2	1-2	91	1
Методические рекомендации	<b>Самостоятельные физкультурно-оздоровительные занятия</b> [Электронный ресурс] : методические рекомендации для обучающихся I-III курсов всех специальностей СПО / Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта ; Якунин Ю.И. ; Токмакова О.Н. - Электрон. дан. (1 файл). - Караваево : Костромская ГСХА, 2017. - Режим доступа: <a href="http://lib.ksaa.edu.ru/marcweb">http://lib.ksaa.edu.ru/marcweb</a> , требуется регистрация. - Загл. с экрана. - Яз. рус. - М117.	1,2	1-2	Неограниченный доступ	-
Методические рекомендации	<b>Общеразвивающие упражнения на занятиях по физической культуре в вузе</b> [Электронный ресурс] : метод. рекомендации для обучающихся СПО всех специальностей / Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта ; Кривошеева В.Б. - Электрон. дан. (1 файл). - Караваево : Костромская ГСХА, 2015. - Режим доступа: <a href="http://lib.ksaa.edu.ru/marcweb">http://lib.ksaa.edu.ru/marcweb</a> , требуется регистрация. - Загл. с экрана. - Яз. рус. - М115.	1,2	1-2	Неограниченный доступ	-

#### б) Дополнительная литература:

Наименование	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы	Используется при изучении разделов	Семестр	Количество экземпляров	
				в библиотеке	на кафедре
Учебно-методическое пособие	<b>Антонов, М.Ф.</b> [Текст] : Организационно-методические основы подготовки спортсменов в гиревом спорте. - Караваево: КГСХА, 2014. - 76с.	3	1-2	43	2
Методические рекомендации	<b>Дрепелев Р.А., Дрепелева О.П.</b> Методика развития гибкости. [Текст] : методические рекомендации для студентов 1-3 кк. всех специальностей и направлений - Караваево: КГСХА, 2014. - 38с.	3	1-2	93	2
Методические рекомендации	<b>Зорихин, Д.Л.</b> Методические основы обучения игры в шахматы. [Текст] : методические рекомендации для студентов 1-3 курсов всех специальностей и направлений: Кострома: КГСХА, 2014. - 28 с.	3	1-2	43	2

**в) базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:**

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	Сведения о правообладателе электронно-библиотечной системы, базы данных и заключенном с ним договоре, включая срок действия заключенного договора	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	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
Электронно-библиотечная система издательства «Лань» <a href="http://e.lanbook.com">http://e.lanbook.com</a>	ООО «ЭБС Лань» Договор № 56/20 от 16.03.2020 действует до 21.03.2021;	Свидетельство о государственной регистрации базы данных № 2011620038 от 11.01.2011 «Издательство Лань. Электронно-	Возможен одновременный индивидуальный неограниченный доступ к каждому изданию, входящему

<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>Соглашение о сотрудничестве №20/56 от 21.03.2020 до 21.03.2021; Договор № СЭБ НВ-171 от 23.12.2019 действует до 31.12.2022</p>	<p>библиотечная система» / Свидетельство о регистрации СМИ Эл № ФС77-42547 от 03.11.2010</p>	<p>в электронно-библиотечные системы без ограничений</p>
<p>Научная электронная библиотека <a href="http://www.eLibrary.ru">http://www.eLibrary.ru</a></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</p>	
<p>Электронная библиотека Костромской ГСХА <a href="http://lib.ksaa.edu.ru/marcweb">http://lib.ksaa.edu.ru/marcweb</a></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 ВО Костромской ГСХА</p>	
<p>Национальная электронная библиотека <a href="http://нэб.рф">http://нэб.рф</a></p>	<p>ФГБУ «РГБ». Договор №101/НЭБ/1303 от 27.01.2016 с неограниченной пролонгацией ФГБУ «РГБ» Договор</p>	<p>Свидетельство о регистрации СМИ № 77-814 от 28.04.1999</p>	<p>Возможен одновременный индивидуальный неограниченный доступ к изданиям, подлежащим</p>



<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>№101/НЭБ/1303-п от 23.05.2019 с неограниченной пролонгацией</p>		<p>свободному использованию. Доступ к изданиям, охраняемым авторским правом, возможен из Электронного читального зала</p>
<p>Справочная Правовая Система «КонсультантПлюс»</p>	<p>ЗАО «Консультант Плюс» Договор № 105 от 14.02.2020</p>	<p>Свидетельство о регистрации СМИ Эл № ФС 77-42075 от 08.01.2003</p>	<p>Возможен локальный сетевой доступ</p>

### 3.3 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, квалификационная категория	стаж педагогической (научно-педагогической) работы		основное место работы, должность	условия привлечения к педагогической деятельности (штатный работник, внутренний совместитель, внешний совместитель, иное)	
					всего	в т.ч. педагогической работы			
						всего			в т.ч. по указанному предмету, дисциплине (модулю)
1	Физическая культура	Агафонов Андрей Романович, доцент	Костромской педагогический институт, история с дополнительной специальностью «Педагогика»	Канд.пед.наук	28	18	6	ФГБОУ ВО Костромская ГСХА, кафедра физического воспитания и спорта, доцент	Штатный работник
2		Якунин Юрий Иванович, завкафедрой	Костромской ГПУ им.Н.А.Некрасова, физическая культура	Канд. пед. наук, доцент	28	28	6	ФГБОУ ВО Костромская ГСХА, завкафедрой	Штатный работник
3		Дрепелев Роман Анатольевич, доцент	Костромской ГПУ им. Н.А.Некрасова, физическая культура	Канд.пед.наук	19	17	6	ФГБОУ ВО Костромская ГСХА, кафедра физического воспитания и спорта, доцент	Штатный работник

## 5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p><b>уметь:</b>  <b>У-1</b> - использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга</p>	<p>Экспертная оценка контрольных упражнений, характеризующих развитие у обучающихся основных физических качеств, двигательных умений и навыков, необходимых для полноценной жизнедеятельности и будущей профессиональной деятельности.</p>
<p><b>владеть:</b>  <b>Н-1</b> - современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;  <b>Н-2</b> - основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;  <b>Н-3</b> - физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;  <b>Н-4</b> - техническими приёмами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.  <b>Промежуточный контроль</b></p>	<p>Экспертная оценка применения методов самоконтроля при занятиях физическими упражнениями.</p> <p>Экспертная оценка техники выполнения упражнений по видам спорта</p> <p>Экспертная оценка применения методов самоконтроля при занятиях физическими упражнениями.</p> <p>Экспертная оценка проведения подготовительной части занятия.</p> <p>Экспертная оценка техники выполнения упражнений по видам спорта</p> <p><b>Дифференцированный зачет</b></p>

Приложение 1 Карта результатов освоения дисциплины

Наименование дисциплины: Физическая культура			
Цель дисциплины	формирование физической культуры личности обучающихся		
Задачи	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>развитие</b> физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;</li> <li>• <b>формирование</b> устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью, в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;</li> <li>• <b>овладение</b> технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;</li> <li>• <b>овладение</b> системой профессионально и жизненно значимых практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья;</li> <li>• <b>освоение</b> системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;</li> <li>• <b>приобретение</b> компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.</li> </ul>		
В процессе освоения данной дисциплины студент формирует и демонстрирует следующие результаты			
Перечень компонентов	Технологии формирования*	Форма оценочного средства **	Уровни освоения компонентов*
<b>уметь:</b> У-1 - 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	Ознакомительный, репродуктивный
<b>владеть:</b> Н-1 - 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	Ознакомительный, репродуктивный

<p><b>Н-2</b> - основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;</p>	<p>Самостоятельная работа</p> <p>Методико-практические и практические занятия</p>	<p>Измерение частоты сердечных сокращений при выполнении нагрузки разной интенсивности.</p> <p>Реферат</p>	<p>Ознакомительный репродуктивный</p>
<p><b>Н-3</b> - физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;</p>	<p>Практические занятия</p> <p>Самостоятельная работа</p>	<p>Контрольные испытания для оценки уровня развития физических качеств</p>	<p>репродуктивный</p>
<p><b>Н-4</b> - техническими приёмами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.</p>	<p>Практические занятия</p> <p>Самостоятельная работа</p>	<p>Оценка степени овладения техническими элементами видов спорта</p>	<p>репродуктивный</p>