

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Волхонов Михаил Станиславович  
Должность: Вiced ректора  
Дата подписания: 10.03.2021 14:58:58  
Уникальный программный ключ:  
b2dc75470204bc2bfc58d577a1b987ec333ea27550d45ea8277df0c10c6c81

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

Согласовано с председателем методической комиссии экономического факультета 17.02.16.  
Утверждено деканом экономического факультета 17.02.16 (с изменениями, утвержденными деканом, от 08.06.2016, 1.06.2017, 28.08.2017, 13.06.2018, 11.06.2019, 10.06.20).

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**СПОРТИВНЫЕ И ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ**

Направление подготовки (специальность) ВО	<u>38.03.02 Менеджмент</u>
Направленность (специализация)/ профиль	<u>«Управление малым бизнесом»</u>
Квалификация выпускника	<u>бакалавр</u>
Форма обучения	<u>очная</u>
Срок освоения ОПОП ВО	<u>4 года</u>

## **1. Цель освоения дисциплины**

Целью освоения дисциплины «**Спортивные и подвижные игры**» является:

формирование физической культуры личности и способности методически обоснованно и целенаправленно использовать средства физической культуры, позволяющие сформировать индивидуальную здоровьесберегающую жизнедеятельность, обеспечивающую его социальную мобильность, профессиональную надежность и устойчивость на рынке труда.

### **1.1. Область профессиональной деятельности** включает:

- экономические, финансовые, маркетинговые, производственно-экономические и аналитические службы организаций различных отраслей, сфер и форм собственности;
- финансовые, кредитные и страховые учреждения;
- органы государственной и муниципальной власти;
- академические и ведомственные научно-исследовательские организации;
- учреждения системы высшего и среднего профессионального образования, среднего общего образования, системы дополнительного образования.

**1.2. Объектами профессиональной деятельности** являются поведение хозяйствующих агентов, их затраты и результаты, функционирующие рынки, финансовые и информационные потоки, производственные процессы.

**1.3. Виды профессиональной деятельности**, к которым готовятся выпускники, освоившие программу бакалавриата: аналитическая, научно-исследовательская (основной), расчетно-экономическая; учетная (дополнительные).

## **2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО**

**2.1.** Дисциплина (модуль) «**Спортивные и подвижные игры**» относится к вариативной части Блока 1.

**2.2.** Для изучения данной дисциплины необходимы следующие входные знания, умения и навыки формируемые **предшествующими дисциплинами:**

*школьной программой предмета «Физическая культура»*

Знания: роль и значение физической культуры в развитии общества и человека.

Умения: выполнять физические упражнения общеразвивающей и оздоровительной направленности.

Навыки: самоконтроля при проведении занятий физическими упражнениями.

**2.3. Перечень последующих учебных дисциплин**, для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной:

- *НИР;*
- *Государственная итоговая аттестация.*
- *безопасность жизнедеятельности.*

## **3. Конечный результат обучения**

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими **компетенциями:**

### **3.1. Общекультурными компетенциями (ОК):**

- способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8).

**3.2. Общепрофессиональные компетенции (ОПК):** не предусмотрены.

**3.3. Профессиональные компетенции (ПК):** не предусмотрены.

**В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:**

- **знать:** роль оптимальной двигательной активности в повышении функциональных и двигательных возможностей организма человека, работоспособности, в укреплении и поддержании здоровья, общей и профессиональной работоспособности; методику самостоятельного использования средств физического воспитания для рекреации в процессе учебной и профессиональной деятельности;

- **уметь:** самостоятельно методически правильно использовать средства и методы физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма, укрепления здоровья, коррекции физического развития и телосложения; использовать систематические занятия физическими упражнениями, различными видами спорта для достижения должного

уровня физической подготовленности, формирования и развития психических качеств и свойств личности, необходимых в социально-культурной и профессиональной деятельности; методически обоснованно применять физические упражнения и другие средства для обеспечения требуемого уровня профессиональной работоспособности и предупреждения профессиональных заболеваний и травматизма; применять средства физического воспитания и отдельных видов спорта для обеспечения профессиональной надежности специалиста при выполнении профессиональных видов работ;

- **владеть:** навыками выполнения физических упражнений отдельных видов спорта (бег, гимнастика, прыжки, лыжные гонки, фитнес, спортивные и подвижные игры), необходимых для полноценной социальной и профессиональной деятельности, навыками самоконтроля в занятиях физическими упражнениями.

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля).

Общая трудоемкость дисциплины составляет: 328 часов. Форма промежуточной аттестации – зачет.

Вид учебной работы		Всего часов	Распределение по семестрам		
			2 семестр	3 семестр	4 семестр
Контактная работа (всего)		198	70	62	66
В том числе:					
Лекции (Л)		8	4	4	-
Практические занятия (Пр), Семинары (С)		190	66	58	66
Самостоятельная работа студента (СР) (всего)		130	40	48	42
Подготовка к практическим занятиям		12	4	4	4
Самостоятельные занятия физическими упражнениями		82	24	32	26
Самостоятельное изучение учебного материала		36	12	12	12
Форма промежуточной аттестации	зачет (З) *	-	зачет	зачет	зачет
	экзамен (Э)*	-	-		
Общая трудоемкость/ Контактная работа	часов	328/198	110/70	110/62	108/66
	зач. ед.				

\* – часы используются для подготовки к контрольным испытаниям в течение семестра

## 5. Содержание дисциплины

### 5.1. Разделы дисциплины (модуля), виды учебной деятельности и формы контроля

№ п/п	№ семестра	Наименование раздела (темы) дисциплины	Вид учебной деятельности (в часах)					Форма текущего контроля успеваемости
			Л	Пр/ С/ Лаб	К/ КР/ КП	СР	всего	
1	2	Теоретический раздел Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья	2	-	-	-	2	Тестирование письменное
2	2	Теоретический раздел Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	2	-	-	-	2	Тестирование письменное
3	2	Методико-практический раздел Применение средств физической культуры для направленного развития отдельных физических качеств Планирование основной части занятия	-	2  2	-	-	2  2	Оценка проведения части занятия
4	2	Контрольный раздел		6	-	-	6	Контрольные испытания для оценки уровня физической подготовленности
5	2	Физическая подготовка		8				Оценка степени овладения студентом техническими элементами вида спорта
6	2	Легкая атлетика		8				
7	2	Подвижные игры		8				
8	2	Волейбол		8				
9	2	Баскетбол		8				
10		Мини-футбол		8				
11		Лыжная подготовка		8				
<b>Всего во 2 семестре</b>			<b>4</b>	<b>66</b>	-	-	<b>70</b>	
11	3	Особенности занятий избранным видом спорта или	2		-	-	2	Тестирование письменное

№ п/п	№ семестра	Наименование раздела (темы) дисциплины	Вид учебной деятельности (в часах)					Форма текущего контроля успеваемости
			Л	Пр/С/Лаб	К/КР/КП	СР	всего	
		системой физических упражнений						
12	3	Профессионально-прикладная физическая подготовка	2		-	-	2	Тестирование письменное
13	3	Методико-практический раздел. Методика планирования и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями тренировочной направленности Методы мышечной релаксации		2	-	-	2	Опрос Оценка проведения части занятия
				2			2	
14	3	Физическая подготовка		4			4	Контрольные испытания для оценки уровня специальной физической подготовленности
15	3	Легкая атлетика		8			8	Оценка степени овладения студентом техническими элементами вида спорта
16	3	Подвижные игры		6			6	
17	3	Волейбол		8			8	
18	3	Баскетбол		8			8	
19		Мини-футбол		8			8	
20		Стрельба		4			4	
21		Настольный теннис		4			4	
22	3	Контрольный раздел		4	-	-	4	Контрольные испытания для оценки уровня общей физической подготовленности
<b>Всего в 3 семестре</b>			<b>4</b>	<b>58</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>62</b>	

№ п/п	№ семестра	Наименование раздела (темы) дисциплины	Вид учебной деятельности (в часах)					Форма текущего контроля успеваемости
			Л	Пр/С/Лаб	К/КР/КП	СР	всего	
23	4	Методико-практический раздел. Методы самоконтроля физического развития и функционального состояния Методика планирования самостоятельных физкультурно-оздоровительных занятий	-	2	-	-	2	Опрос Оценка проведения части занятия
				2			2	
24	4	Физическая подготовка		4			4	Контрольные испытания для оценки уровня специальной физической подготовленности
25	4	Легкая атлетика		10			10	Оценка степени овладения студентом техническими элементами вида спорта
26	4	Подвижные игры		6			6	
27	4	Баскетбол		8			8	
28	4	Волейбол		8			8	
29	4	Мини-футбол		8			8	
30	4	Льжная подготовка		12			12	
31	4	Контрольный раздел		6	-	-	6	Контрольные испытания для оценки уровня общей физической подготовленности
<b>Всего в 4 семестре</b>			-	<b>66</b>	-	-	<b>66</b>	
<b>ИТОГО:</b>			<b>8</b>	<b>190</b>	-	-	<b>198</b>	

### 5.1 Практические и семинарские занятия, лабораторные работы

№ п/п	№ семестра	Наименование раздела (темы) дисциплины	Наименование лабораторных (практических, семинарских) работ	Всего часов
1	2	Физическая подготовка	Развитие необходимых физических качеств - общей и скоростной выносливости - силовой выносливости - взрывной силы - гибкости - быстроты - координационных возможностей	8
2	2	Легкая атлетика	Техника выполнения беговых и прыжковых упражнений Бег на средние дистанции Спринтерский бег	8
3	2	Подвижные игры	Подвижные игры в занятиях легкой атлетикой Подвижные игры в занятиях баскетболом	8
4	2	Мини-футбол	Техника остановки мяча стопой, голенью, бедром, грудью, головой Учебная игра	8
5	2	Лыжная подготовка	Техника классических лыжных ходов Техника одновременного двушажного конькового хода Бег на лыжах на дистанциях 1-8 км	8
6	2	Баскетбол	Совершенствование техники ведения и передачи мяча Техника броска мяча в корзину после ведения Техника штрафного броска Развитие быстроты двигательной реакции, игра по упрощенным правилам Учебная игра: 1x1; 2x2	8
7	2	Волейбол	Совершенствование техники приёма и передачи мяча Передача мяча сверху двумя руками Учебная игра	8
8	2	Применение средств физической культуры для направленного развития отдельных физических качеств	Средства и методы физической культуры - для развития гибкости - для развития силовой выносливости - для развития общей выносливости	2
9	2	Планирование основной части занятия	Самостоятельное проведение части занятия	2
10	2	Контрольный раздел	Лыжная подготовка Легкоатлетические контрольные испытания (бег, прыжки, метания) Силовая гимнастика Общая физическая подготовка (оценка быстроты, выносливости, гибкости)	6
<b>Всего во 2 семестре</b>				<b>66</b>

№ п/п	№ семестра	Наименование раздела (темы) дисциплины	Наименование лабораторных (практических, семинарских) работ	Всего часов
11	3	Физическая подготовка	Развитие необходимых физических качеств - общей выносливости - скоростно-силовых качеств	4
12	3	Легкая атлетика	Техника беговых упражнений Техника спринтерского бега Техника низкого и высокого старта Прыжковые упражнения Бег в сочетании с ходьбой (марш-бросок) Оздоровительный бег (ЧСС 130-150)	8
13	3	Баскетбол	- ведение и передачи мяча - бросок мяча в корзину после ведения - штрафной бросок Учебная игра: 2x2; 3x3, 5x5	8
14	3	Волейбол	Верхняя прямая подача Прием мяча после подачи Атакующий удар Учебная игра	8
15	3	Мини-футбол	- остановка мяча стопой, голенью, бедром - обводка мяча - штрафной удар Учебная игра	8
16	3	Настольный теннис	Отработка технических элементов: - стойки, перемещения - подача, приём подач - «подрезка» справа, слева Учебная игра	4
17	3	Подвижные игры	Подвижные игры для развития быстроты Подвижные игры для развития силы Подвижные игры для развития координированности	6
18	3	Стрельба	Совершенствование элементов стрельбы: изготовление, прицеливание, нажатие спускового крючка Тренировка на кучность стрельбы Тренировка на результат	4
19	3	Методика планирования и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями тренировочной направленности	Общеразвивающие упражнения Методика развития гибкости Методика развития силовой выносливости Самостоятельное проведение части занятия	2
20	3	Методы мышечной релаксации	Дыхательные упражнения и упражнения на расслабление мышц Физическая рекреация	2
21	3	Контрольный раздел	Легкоатлетические контрольные испытания (бег, прыжки, метания) Силовая гимнастика	4



№ п/п	№ семестра	Наименование раздела (темы) дисциплины	Наименование лабораторных (практических, семинарских) работ	Всего часов
			Общая физическая подготовка (оценка быстроты, выносливости, гибкости) Стрелковая подготовка	
<b>Всего в 3 семестре</b>				<b>58</b>
22	4	Методы самоконтроля физического развития и функционального состояния	Контроль антропометрических показателей Контроль функциональных показателей Контроль уровня развития физических качеств.	2
23		Методика планирования самостоятельных физкультурно-оздоровительных занятий	Самостоятельное проведение части занятия.	2
24	4	Физическая подготовка	Контроль уровня развития необходимых физических качеств	4
25	4	Легкая атлетика	Специальные беговые и прыжковые упражнения Бег на короткие дистанции Бег на средние дистанции (ЧСС 170-190)	10
26	4	Подвижные игры	Подвижные игры в занятиях волейболом Игры-эстафеты	6
27	4	Льжная подготовка	Техника конькового хода. Бег на лыжах на дистанциях 2-8 км	12
28	4	Баскетбол	Совершенствование тактических действий в защите и нападении Подвижные игры с элементами баскетбола Учебная игра: стритбол, 2x2 в одну корзину	8
29	4	Волейбол	Блокирование Тактические действия в защите Тактические действия в нападении Учебная игра	8
30	4	Мини-футбол	Тактика групповых действий в нападении, в полузащите, в защите Учебная игра	8
31	4	Контрольный раздел	Легкоатлетические контрольные испытания (бег, прыжки, метания) Силовая гимнастика Общая физическая подготовка (оценка быстроты, выносливости, гибкости)	6
<b>Всего в 4 семестре</b>				<b>66</b>
<b>ИТОГО:</b>				<b>190</b>

### 5.3 Примерная тематика курсовых проектов (работ)

Выполнение курсовых проектов (работ) не предусмотрено

#### 5.4. Самостоятельная работа студента

№ п/п	№ семестра	Наименование раздела (темы) дисциплины	Виды СР	Всего часов
1	2	Теоретический раздел Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	Самостоятельное изучение учебного материала по темам.	2 2
2	2	Физическая подготовка	Самостоятельные занятия физическими упражнениями по развитию необходимых физических качеств	4
3	2	Легкая атлетика	Самостоятельные занятия физическими упражнениями для укрепления мышц ног. Выполнение беговых и прыжковых упражнений. Бег по виражу, бег по прямой.	4
4	2	Подвижные игры	Самостоятельное изучение учебного материала. Подвижные игры в волейболе, баскетболе, легкой атлетике.	4
5	2	Мини-футбол	Самостоятельные занятия физическими упражнениями по совершенствованию техники ведения, бросков и передачи мяча.	4
6	2	Лыжная подготовка	Самостоятельные занятия физическими упражнениями по освоению техники лыжных ходов. Бег на лыжах до 10 км	4
7	2	Баскетбол	Самостоятельные занятия физическими упражнениями по овладению техникой владения мяча.	4
8	2	Волейбол	Самостоятельные занятия физическими упражнениями по совершенствованию техники приёма и передачи мяча	4
9	2	Применение средств физической культуры для направленного развития отдельных физических качеств	Самостоятельное изучение учебного материала по методике развития физических качеств.	2
10	2	Планирование основной части занятия	Самостоятельное составление конспекта части занятия.	2
11	2	Контрольные занятия	Подготовка к выполнению контрольных испытаний.	4
<b>Итого часов в семестре:</b>				<b>40</b>

12	3	Теоретический раздел: Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений. Профессионально-прикладная физическая подготовка.	Самостоятельное изучение учебного материала по темам.	4
13	3	Физическая подготовка	Самостоятельные занятия физическими упражнениями по развитию физических качеств	8
14	3	Легкая атлетика	Самостоятельные занятия физическими упражнениями по совершенствованию техники бега и развитию специальных беговых качеств. Оздоровительный бег (ЧСС 130-150).	8
15		Баскетбол	Самостоятельные занятия физическими упражнениями по совершенствованию технических элементов баскетбола: ведение и передачи мяча; бросок мяча в корзину после ведения; штрафной бросок	4
16	3	Волейбол	Самостоятельные занятия физическими упражнениями по совершенствованию владения мячом: верхняя прямая подача; прием мяча после подачи; атакующий удар.	4
17	3	Мини-футбол	Самостоятельные занятия физическими упражнениями по совершенствованию владения мячом: остановка мяча, стопой, голенью, бедром. Обводка. Удары стопой.	4
18	3	Настольный теннис	Самостоятельные занятия физическими упражнениями по совершенствованию технических элементов: стойки, перемещения, подача, приём подач.	4
19	3	Подвижные игры	Самостоятельное изучение учебного материала. Подвижные игры для развития физических качеств.	4
20	3	Стрельба	Самостоятельные занятия физическими упражнениями по совершенствованию элементов стрельбы.	4
21	3	Методика планирования и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями кондиционной направленности	Самостоятельное изучение учебного материала по методике занятий физическими упражнениями кондиционной направленности	2

22	3	Методы мышечной релаксации	Самостоятельное составление комплекса для мышечной релаксации.	2
23	3	Контрольный раздел	Подготовка к выполнению контрольных испытаний.	4
<b>Итого часов в 3 семестре</b>				<b>48</b>
	4	Методы самоконтроля физического развития и функционального состояния	Ведения дневника самоконтроля. Самостоятельное измерение показателей самоконтроля.	2
	4	Методика планирования самостоятельных физкультурно-оздоровительных занятий	Самостоятельное разработка плана самостоятельных физкультурно-оздоровительных занятий	2
	4	Физическая подготовка	Самостоятельные занятия физическими упражнениями по совершенствованию необходимых физических качеств	4
	4	Легкая атлетика	Самостоятельные занятия физическими упражнениями по совершенствованию техники бега и развитию специальных беговых качеств.	4
	4	Подвижные игры	Самостоятельное изучение учебного материала. Составление конспекта проведения игр-эстафет на занятиях по волейболу.	4
	4	Льжная подготовка	Самостоятельные занятия физическими упражнениями по совершенствованию техники спуска и подъема на лыжах. Бег на лыжах на дистанциях 2-8 км	6
	4	Баскетбол	Самостоятельные занятия физическими упражнениями по совершенствованию технических элементов баскетбола и развитию специальных качеств баскетболиста.	6
	4	Волейбол	Самостоятельные занятия физическими упражнениями по совершенствованию технических элементов волейбола и развитию специальных качеств волейболиста.	6
	4	Мини-футбол	Самостоятельные занятия физическими упражнениями по совершенствованию технических элементов мини-футбола и развитию специальных качеств футболиста.	6
	4	Контрольные занятия	Подготовка к выполнению контрольных испытаний.	2
<b>Итого часов в 4 семестре</b>				<b>42</b>

### **5.2.2. График работы студента**

График работы студента представлен в рейтинг-плане дисциплины «Спортивные и подвижные игры».

### **6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины**

Оценочные средства представлены в фонде оценочных средств по дисциплине.

## 7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 7.1 Основная литература:

№ п/п	Наименование	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы	Используется при изучении разделов	Семестр	Количество экземпляров	
					в библиотеке	на кафедре
1.	Курс лекций для с.-х. вузов	Физическая культура [Текст] : курс лекций: для студентов с.-х. вузов / Антонов М.Ф.; Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта. - 2-е изд., перераб. и доп. - Кострома : КГСХА, 2010. - 158 с. - гл. 111 : 50-00.	1-12	1-4	95	8
2.	Курс лекций для с.-х. вузов	Физическая культура [Электронный ресурс]: курс лекций для студентов с.-х. вузов / Антонов М.Ф.; Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта. - 2-е изд., перераб. и доп. - Электрон. дан. - Кострома : КГСХА, 2010. 1 электрон. опт. диск. - (Учебники и учебные пособия для студентов вузов)	1-12	1-4	Неограниченный доступ	
3.	Учебно-методическое пособие	Атлетическая подготовка студентов [Текст]: учеб.-метод. пособие для студентов 1 - 3 курсов всех спец. очной формы обучения / Якунин Ю.И. ; Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта. - Кострома: КГСХА, 2011.- 46 с.	3, 4, 5, 8	1-4	96	2
4.	Методические рекомендации	Методика развития гибкости [Электронный ресурс] : метод. рекомендации для студентов 1-3 курсов специальной и основной медицинской группы всех специальностей / Костромская ГСХА, каф. физического воспитания и спорта; Дрепелев Р.А. Дрепелева О.П. // Учебно-методические издания факультета ветеринарной медицины и зоотехнии. - КГСХА, 2014 - Электрон. дан. (1 файл).	3, 5, 11	1-4	Неограниченный доступ	

### 7.2 Дополнительная литература:

№ п/п	Наименование	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы	Используется при изучении разделов	Семестр	Количество экземпляров	
					в библиотеке	на кафедре
1.	Учебник	Физическая культура студента [Текст]: Учебник / Ильинич В.И., ред. - М. : Гардарики, 1999. - 448 с.	1-34	1-6	8	
2.	Курс лекций для с.-х. вузов	Физическая культура [Текст]: курс лекций для с.-х. вузов / Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта.	1-12	1-4	59	1

		спорта; Антонов М.Ф. - Кострома : КГСХА, 2006. - 122 с.				
3.	Учебник для вузов	Теория и методика физической культуры [Текст] : учебник для вузов / Курамшин Ю.Ф., ред. - 2-е изд., испр. - М. Советский Спорт, 2004. - 464 с.	1-34	1-6	4	
4.	Учебник для вузов	Дубровский, В.И. Лечебная физическая культура [Текст]: учебник для вузов / В.И. Дубровский. - 3-е изд., испр. и доп. - М. : ВЛАДОС, 2004. - 624 с.: ил.	28	6	1	
5.	Учебное пособие для вузов	Ланда, Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности [Текст]: учеб. пособие для вузов / Б. Х. Ланда. - 3-е изд. - М.: Советский Спорт, 2006. - 208 с.: ил.	1-34	1-6	1	
6.	Учебное пособие	Ильинич, В.И. Студенческий спорт и жизнь [Текст]: Учеб. пособие для вузов / В. И. Ильинич. - М. : Аспект Пресс, 1995. - 144 с.	1-34	1-6	4	
7.	Учебное пособие для вузов	Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта [Текст]: Учеб. пособие для вузов / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: Академия, 2003.-480 с.	1-34	1-6	1	
8.	Учебно-методическое пособие	Атлетическая подготовка студентов [Текст]: учеб.-метод. пособие для студентов 1 - 3 курсов всех спец. очной формы обучения / Якунин Ю.И. ; Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта. - Кострома: КГСХА, 2011. - 46 с.	4, 10, 14, 4, 27, 34	1-6	96	2
9.	Учебник	Коваль, В.И. Гигиена физического воспитания и спорта [Текст]: учебник для вузов / В. И. Коваль, Т.А.Родионова. - М.: Академия, 2010. - 320 с.	1-34	1-6	2	
10.	Учебное пособие для вузов	Вайнбаум, Е.С. Гигиена физического воспитания и спорта [Текст] : Учеб. пособие для вузов / Е. С. Вайнбаум, В. И. Коваль, Т. А. Родионова. - М. : Академия, 2003. - 240 с.	1-34	1-6	1	
11.	Учебное пособие для вузов	Олимпийский учебник студента [Текст]: Учеб. пособие для вузов / Родиченко В.С. [и др.]. - М. : Советский спорт, 2003. - 128 с.: ил. - (Быстрее, выше, сильнее!). - ISBN 5-85009-732-5 : 140-00.	1-34	1-6	3	
12.	Учебное пособие для вузов	Олимпийский учебник студента [Текст]: Учеб. пособие для формирования системы олимпийского	1-34	1-6	1	

		образования в нефизкультурных высших учебных заведениях / Родиченко В.С. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. Советский спорт, 2004. - 128 с.				
13.	Методические рекомендации	Использование методов круговой тренировки на занятиях физической культурой [Текст] : метод. рекомендации для студентов всех специальностей /Кривошеева В.Б.; Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта. - Кострома : КГСХА, 2007. - 34 с.	4, 10, 14, 4, 27, 34	1-6	1	2
14.	Учебно-методическое пособие	Путин, В.В. Дзюдо: история, теория, практика [Текст] : Учеб.-метод. пособие / В. В. Путин, В. Б. Шестаков, А. Г. Левицкий. - Архангельск : Издательский Дом "СК", 2000.-154 с.ил.	21	5	8	
15.	Учебное пособие для вузов	Курьсь, В.Н. Основы силовой подготовки юношей [Текст]: учеб. пособие для вузов / В. Н. Курьсь. - М. : Советский спорт, 2004. - 264 с.: ил.	4, 10, 14, 4, 27, 34	1-6	1	
16.	Учебник	Ким, Н.К. Фитнес [Текст]: учебник / Н. К. Ким, М. Б. Дьяконов. - М. : Советский Спорт, 2006. - 454 с.: ил.	4, 10, 14, 4, 27, 34	1-6	1	
17.	Учебник для вузов	Барчукова, Г.В. Теория и методика настольного тенниса [Текст]: учебник для вузов / Г. В. Барчукова, В. М. Богушас, О. В. Матыцин. - М.: Академия, 2006. - 528 с.	4, 9, 14, 19, 27, 33	1-6	1	
18.	Учебно-методическое пособие	Начальная стрелковая подготовка [Текст]: учеб.-метод. пособие для студентов всех специальностей / Якунин Ю.И. ; Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта. - Кострома : КГСХА, 2008. - 46 с.	9, 19, 33	2, 4, 6	2	6
19.	Учебно-методическое пособие	Начальная стрелковая подготовка [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие для студентов всех специальностей/ Якунин Ю.И.; Костромская ГСХА. Каф. физ. воспит. и спорта. - Электрон. дан. - Кострома : КГСХА, 2008. - 1 электрон. опт. диск	9, 19, 33	2, 4, 6	Неограниченный доступ	
20.	Учебное пособие	Методика развития выносливости [Текст] : учеб. пособие для студентов всех спец. очной формы обучения / Якунин Ю.И. ; Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта. - Кострома: КГСХА, 2010.- 46 с.	1, 5, 11, 15, 24, 28, 29	1-6	50	2
21.	Методические рекомендации	Организация самостоятельных занятий оздоровительной направленности [Текст]: метод.	28	6	2	2



		рекомендации для студентов I - II курсов всех специальностей / Токмакова О.Н.; Кривошеева В.Б.; Фролов Н.А. ; Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта. - Кострома: КГСХА, 2009. - 60 с.				
22.	Методические рекомендации	Организация самостоятельных занятий оздоровительной направленности [Электронный ресурс] : метод. рекомендации для студентов I-II курсов всех специальностей / Токмакова О.Н. ; Кривошеева В.Б. ; Фролов Н.А. ; Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта. - Электрон. дан. - Кострома : КГСХА, 2009. - 1 электрон. опт. диск	28	6	Неограниченный доступ	
23.	Методические рекомендации	Организация самостоятельных занятий с отягощениями для коррекции фигуры [Текст]: метод. рекомендации для студентов всех специальностей / Кривошеева В.Б. ; Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта. - Кострома : КГСХА, 2010. - 42 с.	4, 10, 14, 4, 27, 34	1-6	16	2
24.	Методические рекомендации	Организация самостоятельных занятий с отягощениями для коррекции фигуры [Электронный ресурс] : метод. рекомендации для студентов всех специальностей / Кривошеева В.Б. ; Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта. - Электрон. дан. - Кострома : КГСХА, 2010. - 1 электрон. опт. диск.	4, 10, 14, 4, 27, 34	1-6	Неограниченный доступ	
25.	Методические рекомендации	Степ-аэробика в системе физической подготовки студентов [Текст]: метод. рекомендации для студентов 1 -3 курсов всех специальностей / Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта ; Говоркова Л.А. - Кострома : КГСХА, 2012. - 18 с.	4, 10, 14, 4, 27, 34	1-6	96	2
26.	Методические рекомендации	Степ-аэробика в системе физической подготовки студентов [Электронный ресурс]: метод. рекомендации для студентов 1 -3 курсов всех специальностей / Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта ; Говоркова Л.А. - Электрон. дан. - Кострома : КГСХА, 2012. - 1 электрон. опт. диск.	4, 10, 14, 4, 27, 34	1-6	Неограниченный доступ	
27.	Методические рекомендации	Методика обучения технике и тактике игры в волейбол [Текст] : метод. рекомендации для студентов 1 - 3	3, 8, 13, 18, 26, 32	1-6	194	2

		курсов всех специальностей / Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта ; Кудрякова И.В. - Кострома : КГСХА, 2012. - 50 с.				
28.	Методические рекомендации и	Методика обучения технике и тактике игры в волейбол [Электронный ресурс]: метод. рекомендации для студентов 1 - 3 курсов всех специальностей / Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта ; Кудрякова И.В. - Электрон. дан. - Кострома : КГСХА, 2012. - 1 электрон. опт. диск.	3, 8, 13, 18, 26, 32	1-6	Неограниченный доступ	
29.	Методические рекомендации и	Основы обучения игры в шахматы [Текст]: метод. рекомендации для студентов 1 3 курсов всех специальностей / Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта ; Зорихин Д.Л. ; Фролов Н.А. ; Фролов И.И. - Караваево : Костромская ГСХА, 2014. - 64 с.	21	5	22	2
30.	Методические рекомендации и	Основы обучения игры в шахматы [Электронный ресурс]: метод. рекомендации для студентов 1 3 курсов всех специальностей / Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта ; Зорихин Д.Л. ; Фролов Н.А. ; Фролов И.И. - // Учебно-методические издания факультета ветеринарной медицины и зоотехнии. - КГСХА, 2014.	21	5	Неограниченный доступ	
31.	Учебное пособие	Организационно-методические основы подготовки спортсменов в гиревом спорте [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие для студентов, специализирующихся по гиревому спорту / Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта ; Антонов М.Ф. // Учебно-методические издания факультета ветеринарной медицины и зоотехнии. - КГСХА, 2014	21	5	Неограниченный доступ	
32.	Методические рекомендации и	Методика развития гибкости [Электронный ресурс] : метод. рекомендации для студентов 1-3 курсов специальной и основной медицинской группы всех специальностей / Костромская ГСХА, каф. физического воспитания и спорта; Дрепелев Р.А. Дрепелева О.П. // Учебно-методические издания факультета ветеринарной медицины и зоотехнии. - КГСХА, 2014	21	5	Неограниченный доступ	

### 7.3 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» <a href="http://e.lanbook.com">http://e.lanbook.com</a></p>	<p>ООО «ЭБС Лань» Договор № 56/20 от 16.03.2020 действует до 21.03.2021; 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>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</p>	<p>Возможен одновременный индивидуальный неограниченный доступ к каждому изданию, входящему 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>Polpred.com Обзор СМИ <a href="http://polpred.com">http://polpred.com</a></p>	<p>ООО «ПОЛПРЕД Справочники». Соглашение от 29.03.2019</p>	<p>Свидетельство о государственной регистрации базы данных № 2010620535 от 21.09.2010 ООО «ПОЛПРЕД Справочники» / Свидетельство о регистрации СМИ ЭЛ</p>	

<p><b>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</b></p>	<p><b>Сведения о правообладателе электронно-библиотечной системы, базы данных и заключенном с ним договоре, включая срок действия заключенного договора</b></p>	<p><b>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</b></p>	<p><b>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</b></p>
		<p>№ ФС77-42207 от 08.10.2010</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>Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» <a href="http://window.edu.ru">http://window.edu.ru</a></p>	<p>ФГАУ ГНИИ ИТТ «Информика». Некоммерческий продукт со свободным доступом</p>	<p>Свидетельство о регистрации СМИ Эл № 77 – 8044 от 16.06.2003</p>	
<p>База данных Scopus</p>	<p>Лицензиат ФГБУ «Государственная публичная научно-техническая библиотека России». Сублицензионный договор №SCOPUS/997 от 05.09.2019 Срок действия 01.01.2019-31.12.2019</p>		<p>Возможен локальный сетевой доступ</p>
<p>База данных Web of Science</p>	<p>Лицензиат ФГБУ «Государственная публичная научно-техническая библиотека России». Сублицензионный договор №WoS/997 от 05.09.2019</p>		<p>Возможен локальный сетевой доступ</p>

<p><b>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</b></p>	<p><b>Сведения о правообладателе электронно-библиотечной системы, базы данных и заключенном с ним договоре, включая срок действия заключенного договора</b></p>	<p><b>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</b></p>	<p><b>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</b></p>
	<p>Срок действия 01.01.2019-31.12.2019</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 №101/НЭБ/1303-п от 23.05.2019 с неограниченной пролонгацией</p>	<p>Свидетельство о регистрации СМИ № 77-814 от 28.04.1999</p>	<p>Возможен одновременный индивидуальный неограниченный доступ к изданиям, подлежащим 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>

#### 7.4. 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
Microsoft Windows Server Academic Device CALЭ	Майкрософт, 44794865, 13.11.2008, постоянная
Microsoft SQL Server Standard Edition Academic	Майкрософт, 44794865, 13.11.2008, постоянная
Microsoft Exchange Server Standard Edition Academic	Майкрософт, 44794865, 13.11.2008, постоянная
Microsoft Windows Terminal Svcs Device CAL	Майкрософт, 44794865, 13.11.2008, постоянная
Microsoft Windows Server Standard 2008 Academic	Майкрософт, 44794865, 13.11.2008, постоянная
Microsoft Windows Server Standard 2008 R2 Academic	Майкрософт, 48946846, 24.08.2011, постоянная
MicrosoftForefront TMG Standard 2010	Майкрософт, 48946846, 24.08.2011, постоянная
Microsoft Windows Server Standard 2012 Academic	Майкрософт, 61149292, 15.11.2012, постоянная
SunRavBookOffice	SunRavSoftware, 25.04.2012, постоянная
SunRavTestOfficePro	SunRavSoftware, 25.04.2012, постоянная
RengaArchitecture	АСКОН, ДЛ-15-00032, 10.05.2015, постоянная
КОМПАС-Автопроект, КОМПАС 3D V9	АСКОН, МЦ-14-00430, 01.01.2010, постоянная
Лира СанpAcademicSet	Лира, 623931176, 08.04.2009, постоянная
AutodeskEducationMasterSuite 2015	Autodesk, 555-70284370, 29.09.2015, постоянная
ARCHICAD 2016	ЕАО «Графисофт», 21.02.2017, постоянная
1С:Предприятие 8. Комплект для учебных заведений	ДС-Консалтинг, 05.06.2014, постоянная
Защищенный программный комплекс «1С Предприятие 8.2z»	ДС-Консалтинг, 07.04.2015, постоянная
НАС «СЕЛЭКС» – Молочный скот. Племенной учет в хозяйствах	ООО «ПЛИНОР», 17.08.2015, постоянная
Программное обеспечение «Антиплагиат»	АО «Антиплагиат», лицензионный договор №1553 от 25.09.2019, 1 год
Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499Node 1 year Educational Renewal License	ООО «ДримСофт», лицензионный договор №44 от 14.02.2020, 1 год

## 8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

### 8.1 Требования к лекционным аудиториям:

№ 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	Перечень лицензионного программного обеспечения
1.	Спортивные и подвижные игры	Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа	Аудитория 531 Лекционная поточная аудитория, оснащенная специализированной мебелью и техническими средствами обучения.	Microsoft Windows SL 8.1 Russian Academic Open License 64407027, Microsoft Office 2010 Russian Academic Open License 47105980,
1.	Спортивные и подвижные игры	Учебные аудитории для проведения лабораторно-практических занятий и занятий семинарского типа	Спортивный зал (30 * 15) м игровой, оснащен: баскетбольные щиты, футбольные ворота, волейбольная сетка, гимнастическая сетка, игровой инвентарь	
			Зал атлетической гимнастики, оснащенный силовыми тренажерами, штангами, гантелями, гирями	
			Зал фитнеса, оснащенный велотренажерами (3 шт.), тренажером беговая дорожка, гантелями, фитболами, бодибарами, обручами, степ-платформами, гимнастическими ковриками.	
			Спортивный зал (16 * 16) м, оснащенный теннисными столами (4 шт), степ-платформами, медболами, гантелями, гимнастическими ковриками, игровым инвентарем, гантелями, штангами, тренажерами.	
		Лыжная база, оснащенная 200-ми		

			комплектами лыжного инвентаря	
			Легкоатлетический манеж с беговой дорожкой 200 м Стадион: беговая дорожка 400 м	
		Учебные аудитории для курсового проектирования (выполнения курсовых работ) и самостоятельной работы	Аудитория 257, оснащенная специализированной мебелью и техническими средствами обучения. Бездисковые терминальные станции 12шт. с выходом в Интернет и ЭИОС ФГБОУ ВО Костромской ГСХА, Intel(R) Pentium(R) CPU G4600 @ 3.60GHz	Microsoft Windows SL 8.1 Russian Academic Open License 64407027, Microsoft Office 2010 Russian Academic Open License 47105956, Kaspersky Endpoint Security Standart Edition Educational
2	Помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования		Аудитория 440 Сервер RStyle , Сервер DEPO, Сервер IntelP4308, Компьютер i5/8G/1TB, Компьютер i5/8/500G, Компьютер i5/8/500G, Компьютер E6850/4/500G, Компьютер i5/4/500G	Microsoft Windows Server Standard 2008 Academic 44794865, Microsoft Windows Server Standard 2008 R2 Academic 48946846, Microsoft SQL Server Standard Edition Academic 44794865, Microsoft Office 2013 Russian Academic Open License, Windows Prof 7 Academic Open License 64407027,47105956
			Аудитория 117 Компьютер i7/4/500, Компьютер Celeron 2.8/512/360, Паяльная станция, осциллограф, мультиметр, микроскоп	Microsoft Office 2013 Russian Academic Open License, Windows Prof 7 Academic Open License 64407027,47105956

### 9. Кадровое обеспечение образовательного процесса

№ п/п	Наименование дисциплины	Фамилия, имя, отчество,	Какое образовательное	Ученая степень,	Стаж работы, лет		Основное место работы,	Условия привлечения
					всего	в том числе		



	<b>(модуля), практик в соответствии и с учебным планом</b>	<b>должность по штатному расписанию</b>	<b>учреждение окончил, специальность (направление подготовки) по документу об образовании</b>	<b>ученое (почетное ) звание, квалификационная категория</b>		<b>научно-педагогический</b>	<b>в организациях по направлению профессиональной деятельности</b>	<b>должность</b>	<b>к педагогической деятельности (штатный работник, внутренний совместитель, внешний совместитель, иное)</b>
1	Элективные курсы по физической культуре и спорту	Кривошеева Вера Борисовна, старший преподаватель	Московский областной институт физической культуры, Физическое воспитание		38	38	-	ФГБОУ ВО Костромская ГСХА, старший преподаватель кафедры физического воспитания и спорта	Штатный работник
2		Якунин Юрий Иванович, завкафедрой	Костромской ГПУ им.Н.А.Некрасова, физическая культура	Канд. пед. наук, доцент	29	29	-	ФГБОУ ВО Костромская ГСХА, завкафедрой	Штатный работник

3		Дрепелева Олеся Павловна, старший преподаватель	Костромской государственный педагогический университет, физическая культура и спорт		17	17	-	ФГБОУ ВО Костромская ГСХА, старший преподаватель кафедры физического воспитания и спорта	Штатный работник
---	--	---	--	--	----	----	---	--	---------------------

Рабочая программа дисциплины «Спортивные и подвижные игры» составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент, профилю «Управление малым бизнесом».

Составитель (и):

Заведующий кафедрой физической культуры  
и спорта