

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:

ФИО: Волхонов Михаил Владимирович

Должность: Врио ректора

Дата подписания: 13.09.2024 12:46:22

Уникальный программный ключ:

b2dc75470204bc2bfec58d577a1b983ee223ea27559d45aa8c272df0610c6a81

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КОСТРОМСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННАЯ
АКАДЕМИЯ»

Экономический факультет

СОГЛАСОВАНО:
Председатель методической
КОМИССИИ

Елена Владимировна
Королёва

Подписано цифровой
подписью: Елена Владимировна
Королёва
Дата: 2024.06.05 14:51:08 +03'00'

УТВЕРЖДАЮ

Надежда
Александровна Середина

Подписано цифровой подписью:
Надежда Александровна Середина
Дата: 2024.06.11 14:49:20 +03'00'

Физическая культура
рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **СПО-Физическая культура и спорт**

Квалификация **бухгалтер**
Форма обучения **очная**
Общая трудоемкость **0 ЗЕТ**

Часов по учебному плану	166
в том числе:	160
аудиторные занятия	0
самостоятельная работа	6
часов на контроль	

Программу составил(и):

нет, нет, старший преподаватель, Кривошеева Вера Борисовна _____

Вера

Борисовна

Кривошеева

Подписано
цифровой подписью:
Вера Борисовна
Кривошеева
Дата: 2024.04.23
12:55:44 +03'00'

Рабочая программа дисциплины

Физическая культура

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 38.02.01 ЭКОНОМИКА И БУХГАЛТЕРСКИЙ УЧЕТ (ПО ОТРАСЛЯМ) (бухгалтер, специалист по налогообложению) (приказ Минобрнауки России от 05.02.2018 г. № 69)

составлена на основании учебного плана:

Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)

Профиль получаемого профессионального образования при реализации программы среднего общего образования:
социально-экономический

утвержденного учёным советом вуза от 20.03.2024 протокол № 3.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

«СПО-Физическая культура и спорт»

Протокол от 23.04.2024 г. № 7

Зав. кафедрой Якунин Юрий Иванович

Юрий
Иванович
Якунин

Подписано цифровой
подписью: Юрий
Иванович Якунин
Дата: 2024.04.23
12:59:19 +03'00'

Рассмотрено на заседании Методической комиссии факультета Экономический факультет, протокол № 3 от 04.06.2024
0:00:00

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

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

Задачи: - развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;

- формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью, в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;

- овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;

- овладение системой профессионально и жизненно значимых практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья;

- освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:		ОГСЭ.051674508
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	Физическая культура	

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
--	--

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	3 (2.1)	4 (2.2)	5 (3.1)	6 (3.2)	Итого	
Неделя	16	22	13	12		
Вид занятий	УП	РП	УП	РП	УП	РП
Практические	32	32	56	56	36	36
Итого ауд.	32	32	56	56	36	36
Контактная работа	32	32	56	56	36	36
Часы на контроль	4	4	2	2	6	6
Итого	36	36	58	58	36	36

4.1. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература и эл. ресурсы	Примечание
-------------	---	----------------	-------	-------------	--------------------------	------------

	Раздел 1. Методико-практические занятия					
--	---	--	--	--	--	--

1.1	Методы самоконтроля за функциональным состоянием /Тема/	3	0			
1.2	Измерение частоты сердечных сокращений при выполнения нагрузки разной интенсивности. /Пр/	3	4	ОК 08.	Л1.1 Л1.4 Э1	
	Раздел 2. Учебно-тренировочные занятия					
2.1	Спортивные и подвижные игры /Тема/	3	0			
2.2	Баскетбол. Игра по упрощенным правилам. /Пр/	3	8	ОК 08.	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Э1	
2.3	Легкая атлетика /Тема/	3	0			
2.4	Бег на короткие дистанции. Бег на выносливость. Оздоровительный бег. /Пр/	3	10	ОК 08.	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Э1	
2.5	Общая физическая подготовка /Тема/	3	0			
2.6	Развитие физических качеств. /Пр/	3	6	ОК 08.	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Э1	
	Раздел 3. Контрольные занятия					
3.1	Контроль техники видов спорта. Контроль уровня развития физических качеств. /Тема/	3	0			
3.2	Проведение контрольных испытаний для определения уровня развития физических качеств, овладения техникой видов спорта. /Пр/	3	4	ОК 08.	Л1.1 Л1.4 Э1	
	Раздел 4. Методико-практические занятия					
4.1	Методика составления и проведения части занятия /Тема/	4	0			
4.2	Составление конспекта части занятия. Проведение части занятия с группой. /Пр/	4	4	ОК 08.	Л1.1 Л1.4 Э1	
	Раздел 5. Учебно-тренировочные занятия					
5.1	Спортивные и подвижные игры /Тема/	4	0			
5.2	Волейбол. Игра по упрощенным правилам. /Пр/	4	14	ОК 08.	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Э1	
5.3	Легкая атлетика /Тема/	4	0			
5.4	Бег на короткие отрезки. Оздоровительный и кроссовый бег. /Пр/	4	12	ОК 08.	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Э1	
5.5	Лыжная подготовка /Тема/	4	0			
5.6	Классические ходы. Коньковый ход. Подъемы и спуски. /Пр/	4	12	ОК 08.	Л1.1 Л1.2 Л1.4 Э1	
5.7	Общая физическая подготовка /Тема/	4	0			
5.8	Развитие физических качеств. /Пр/	4	12	ОК 08.	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Э1	
	Раздел 6. Контрольные занятия					
6.1	Оценка уровня физической и технической подготовленности. /Тема/	4	0			

6.2	Контроль уровня развития физических качеств. Техника выполнения упражнений по видам спорта /Пр/	4	2		Л1.1 Л1.4 Э1	
	Раздел 7. Учебно-тренировочные занятия					
7.1	Спортивные и подвижные игры /Тема/	5	0			
7.2	Баскетбол. Волейбол. Футбол. /Пр/	5	10	ОК 08.	Л1.1 Л1.4 Э1	
7.3	Легкая атлетика /Тема/	5	0			
7.4	Бег на короткие и средние дистанции. Бег чередуя с ходьбой. /Пр/	5	12	ОК 08.	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Э1	
7.5	Общая физическая подготовка /Тема/	5	0			
7.6	Развитие физических качеств. /Пр/	5	10	ОК 08.	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Э1	
	Раздел 8. Контрольные занятия					
8.1	Оценка уровня физической и технической подготовленности. /Тема/	5	0			
8.2	Техника выполнения упражнений по видам спорта /Пр/	5	4	ОК 08.	Л1.1 Л1.4 Э1	
	Раздел 9. Учебно-тренировочные занятия					
9.1	Спортивные и подвижные игры /Тема/	6	0			
9.2	Баскетбол. Волейбол. Футбол. /Пр/	6	12	ОК 08.	Л1.1 Л1.4 Э1	
9.3	Лыжная подготовка /Тема/	6	0			
9.4	Совершенствование техники лыжных ходов. /Пр/	6	10	ОК 08.	Л1.1 Л1.2 Л1.4 Э1	
9.5	Общая физическая подготовка /Тема/	6	0			
9.6	Развитие физических качеств. /Пр/	6	10	ОК 08.	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Э1	
	Раздел 10. Контрольные занятия					
10.1	. Оценка уровня физической и технической подготовленности. /Тема/	6	0			
10.2	Оценить уровень физической и технической подготовленности. /Пр/	6	4	ОК 08.	Л1.1 Л1.4 Э1	

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Представлен отдельным документом

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
--	---------------------	----------	-------------------

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Токмакова О.Н.	Организация самостоятельных занятий оздоровительной направленности: метод. рекомендации для студентов I-II курсов всех специальностей	Кострома: КГСХА, 2009
Л1.2	Кривошеева В. Б.	Льжная подготовка на занятиях по физической культуре в вузе: элективные курсы по физической культуре	Караваево: Костромская ГСХА, 2017
Л1.3	Кривошеева В. Б.	Общая физическая подготовка. Развитие быстроты: методические рекомендации для студентов 1-2 курсов, обучающихся на всех специальностях и направлениях подготовки очной формы обучения	Караваево: Костромская ГСХА, 2020
Л1.4	Токмакова О. Н.	Физическая культура и спорт: учебно-методическое пособие для студентов 1-2 курсов всех специальностей и направлений подготовки очной и заочной форм обучения	Караваево: Костромская ГСХА, 2020
Л1.5	Кривошеева В. Б., сост.	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	Караваево: Костромская ГСХА, 2021

6.2. Электронные учебные издания и электронные образовательные ресурсы

Э1	Физическая культура		
6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства			
6.3.1.1	Windows 7 Prof, Microsoft Office 2003 Std Microsoft Open License 64407027,47105956		
6.3.1.2	Microsoft Office 2010 Russian Academic Open License		
6.3.1.3	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499		
6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем			
6.3.2.1	Справочная Правовая система "КонсультантПлюс"		
6.3.2.2	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU		
6.3.2.3	Электронно-библиотечная система издательства «Лань»		
6.3.2.4	Единое окно доступа к образовательным ресурсам		
6.3.2.5	Электронная библиотека академии		

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)

№ корпуса, № помещения и его площадь	Предназначение помещения	№ аудитории по техническому паспорту	Перечень оборудования (в т.ч. виртуальные аналоги) и технических средств обучения
Главный учебный корпус с пятью подвалами и девятью пристройкам Костромская обл, Костромской р-н, п Караваево, ул Учебный городок, д 34	Учебные аудитории для проведения лабораторно-практических занятий и занятий семинарского типа	Зал армрестлинга	Силовые тренажеры, штанки, гантели, столы для армспорта, гимнастическая стенка
Главный учебный корпус с пятью подвалами и девятью пристройкам Костромская обл, Костромской р-н, п Караваево, ул Учебный городок, д 34	Учебные аудитории для проведения лабораторно-практических занятий и занятий семинарского типа	Зал фитнеса	Кардиотренажеры, степплатформы, бодибары, фитболы, гантели, гимнастические коврики, танц.станок

Главный учебный корпус с пятью подвалами и девятью пристройкам Костромская обл, Костромской р-н, п Караваево, ул Учебный городок, д 34	Учебные аудитории для проведения лабораторно-практических занятий и занятий семинарского типа	Зал адаптивной физической культуры	гимнастическая стенка,кардиотренажеры, танцевальный станок, гантели, медболы, гимнастические коврики
Главный учебный корпус с пятью подвалами и девятью пристройкам Костромская обл, Костромской р-н, п Караваево, ул Учебный городок, д 34	Учебные аудитории для проведения лабораторно-практических занятий и занятий семинарского типа	Лыжная база	стеллажи для лыж, стеллажи для ботинок, лыжные палки, лыжи беговые, ботинки лыжные
Учебно-лабораторный корпус экономического факультета Российская Федерация, Костромская область, Костромской муниципальный район, Караваевское сельское поселение, п. Караваево, ул. Учебный городок, д. 47	Учебные аудитории для проведения лабораторно-практических занятий и занятий семинарского типа	Открытый стадион	Элементы полосы препятствий, беговая дорожка, спортплощадка, комплекс для воркаута, баскетбольные стойки, мини-футбольные ворота, скамейки
Главный учебный корпус с пятью подвалами и девятью пристройкам Костромская обл, Костромской р-н, п Караваево, ул Учебный городок, д 34	Учебные аудитории для проведения лабораторно-практических занятий и занятий семинарского типа	спортивный зал игровой	Баскетбольные щиты, волейбольная сетка, гимнастическая стенка, гандбольные ворота, мячи, маты
Учебно-лабораторный корпус экономического факультета Российская Федерация, Костромская область, Костромской муниципальный район, Караваевское сельское поселение, п. Караваево, ул. Учебный городок, д. 47	Учебные аудитории для проведения лабораторно-практических занятий и занятий семинарского типа	Спортивный зал экфак	баскетбольные щиты, волейбольная сетка, теннисные столы, гимнастические стенки, степплатформы, гантели, мячи, медболы, гимнастические коврики, скакалки