

Документ подписан простой электронной подписью.
Информация о владельце:
ФИО: Волховов Михаил Станиславович
Должность: Ректор
Дата подписания: 2024.09.10
Уникальный программный ключ:
40a6db1879d6a9ee29ec8e0ffb2f95e4614a0b98

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

Электроэнергетический факультет

СОГЛАСОВАНО
Председатель методической
комиссии

Алексей
Сергеевич
Яблоков

Подписано цифровой
подписью: Алексей
Сергеевич Яблоков
Дата: 2024.09.10
15:25:35 +03'00'

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по научно-
исследовательской работе/Декан

Николай
Александрович
Климов

Подписано цифровой
подписью: Николай
Александрович Климов
Дата: 2024.09.11 15:26:00
+03'00'

Рабочая программа дисциплины (модуля)
Адаптивная физическая культура

Специальность 09.02.07 ИНФОРМАЦИОННЫЕ СИСТЕМЫ И ПРОГРАММИРОВАНИЕ

Квалификация выпускника программист

Форма обучения очная

Срок освоения ППССЗ 3 года 10 месяцев

На базе основное общее образование

Программу составил(и):

ст. преподаватель, Дрепелева Олеся Павловна; к.п.н., доцент, Дрепелев Роман Анатольевич

Олеся Павловна Дрепелева Подписано цифровой подписью: Олеся Павловна Дрепелева
Дата: 2024.09.06 17:05:36 +03'00'

Роман Анатольевич Дрепелев Подписано цифровой подписью: Роман
Анатольевич Дрепелев
Дата: 2024.09.06 17:05:55 +03'00'

Рабочая программа дисциплины

Адаптивная физическая культура

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 09.02.07 ИНФОРМАЦИОННЫЕ СИСТЕМЫ И ПРОГРАММИРОВАНИЕ (приказ Минобрнауки России от 09.12.2016 г. № 1547)

составлена на основании учебного плана:

09.02.07 ИНФОРМАЦИОННЫЕ СИСТЕМЫ И ПРОГРАММИРОВАНИЕ

утвержденного учёным советом вуза от 30.08.2024 протокол № 7

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

«СПО-Физическая культура и спорт»

Протокол от 06.09.2024 г. № 1

Зав. кафедрой Якунин Юрий Иванович

**Юрий
Иванович
Якунин** Подписано цифровой
подписью: Юрий
Иванович Якунин
Дата: 2024.09.06
09:27:35 +03'00'

Рассмотрено на заседании Методической комиссии "Электроэнергетический факультет",
протокол № 7 от 10.09.2024 0:00:00

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Цели: «Адаптивная физическая культура»: 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: - 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.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:	ОГСЭ.ДВ.011681944
-------------------	-------------------

2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
-----	---

2.1.1	ОУП.09 Физическая культура
-------	----------------------------

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ**ОК 04.:Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде****Знать:**

- психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности;
- основы проектной деятельности.

Уметь:

- организовывать работу коллектива и команды;
- взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности.

Владеть:

- навыками организации работы коллектива и команды;
- навыками взаимодействия с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности.

ОК 08.:Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности**Знать:**

- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни;
- условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;
- средства профилактики перенапряжения.

Уметь:

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;
- применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;
- пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности.

Владеть:

навыками использования физкультурно-оздоровительной деятельности для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; навыками применения рациональных приемов двигательных функций в профессиональной деятельности; - навыками использования средств профилактики перенапряжения характерными для данной специальности.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1	Знать:
<p>сущность понятий «адаптивная физическая культура», «адаптивный спорт», «спорт», «здоровье», «здоровый образ жизни», а также их влияние на общую и профессиональную жизнедеятельность; роль оптимальной двигательной активности в повышении функциональных и двигательных возможностей организма человека, работоспособности, в укреплении и поддержании здоровья, общей и профессиональной работоспособности; влияние здоровья и работоспособности человека на его интегрированность в современное общество, способность реализации своих социальных и профессиональных компетенций; методику самостоятельного использования средств адаптивной физической культуры для рекреации в процессе учебной и профессиональной деятельности; методику самостоятельной оценки своего уровня физического развития и функционального состояния.</p>	
3.2	Уметь:
<p>самостоятельно методически правильно использовать средства и методы адаптивной физической культуры для повышения адаптационных резервов организма, укрепления здоровья, коррекции физического развития и телосложения; в соответствии с медицинскими рекомендациями использовать систематические занятия адаптивными видами спорта для 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.</p>	
3.3	Иметь навыки и (или) опыт деятельности:
<p>навыками выполнения физических упражнений отдельных видов адаптивного спорта в соответствии с нозологической группой, навыками самоконтроля в занятиях физическими упражнениями.</p>	

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	3 (2.1)		4 (2.2)		5 (3.1)		6 (3.2)		7 (4.1)		8 (4.2)		Итого	
	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП		
Неделя	17		13		17		14		16		6 2/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП
Практические	22	22	38	38	26	26	36	36	24	24	20	20	166	166
Итого ауд.	22	22	38	38	26	26	36	36	24	24	20	20	166	166
Контактная работа	22	22	38	38	26	26	36	36	24	24	20	20	166	166
Итого	22	22	38	38	26	26	36	36	24	24	20	20	166	166

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 выполнении нагрузки разной интенсивности.	3	4	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л3.2 Л3.3	

	Бег и ходьба в разном темпе. Восстанавливающие физические упражнения. Оздоровительный бег и ходьба. /Пр/					
1.3	Методы самоконтроля за функциональным состоянием /Тема/	4	0			
1.4	Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя. Самостоятельное измерение ЧСС в течение дня. /Пр/	4	4	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л3.2 Л3.3	
1.5	Методика составления и проведения части занятия /Тема/	5	0			
1.6	Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя. Самостоятельная разработка и написание конспекта части занятия. /Пр/	5	4	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л3.2 Л3.3 Л3.9	
1.7	Методика составления и проведения части занятия /Тема/	7	0			
1.8	Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя. Самостоятельная разработка и написание конспекта части занятия. /Пр/	7	4	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л3.2 Л3.3 Л3.9	
1.9	Методика составления и проведения части занятия /Тема/	8	0			
1.10	Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя. Самостоятельная разработка и написание конспекта части занятия.	8	4	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л3.2 Л3.9	

	/Пр/					
1.11	Методика составления и проведения части занятия /Тема/	6	0			
1.12	Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя. Самостоятельная разработка и написание конспекта части занятия. /Пр/	6	4	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.3Л3.2 Л3.3 Л3.9	
	Раздел 2. Практические занятия					
2.1	Общая физическая подготовка: развитие гибкости, силовой выносливости, общей выносливости /Тема/	3	0			
2.2	Динамическое и статическое растягивание. Активное и пассивное растягивание Комплексы силовой гимнастики /Пр/	3	4	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.3Л3.4 Л3.5 Л3.7	
2.3	Оздоровительная ходьба Оздоровительный бег /Пр/	3	4	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.3	
2.4	Лечебная физическая культура: комплексы ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой и дыхательной систем, нарушениях зрения /Тема/	3	0			
2.5	Комплексы ЛФК при ВСД и гипертонии Комплексы ЛФК при заболеваниях дыхательной системы Методика занятий при заболеваниях органов зрения /Пр/	3	4	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.3Л3.4 Л3.5 Л3.7 Л3.8	
2.6	Общая физическая подготовка: развитие общей выносливости /Тема/	3	0			
2.7	Оздоровительная ходьба Оздоровительный бег Аэробика /Пр/	3	2	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.3Л3.4 Л3.5 Л3.7 Л3.8	
2.8	Общая физическая подготовка: развитие гибкости, силовой	4	0			

	выносливости, общей выносливости /Тема/					
2.9	Динамическое и статическое растягивание. Активное и пассивное растягивание Комплексы силовой гимнастики Оздоровительная ходьба Оздоровительный бег /Пр/	4	4	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.3Л3.4 Л3.7 Л3.8	
2.10	Лечебная физическая культура: комплексы ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой и дыхательной систем, нарушениях зрения /Тема/	4	0			
2.11	Комплексы ЛФК при ВСД и гипертонии Комплексы ЛФК при заболеваниях дыхательной системы Методика занятий при заболеваниях органов зрения /Пр/	4	4	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.3Л3.4 Л3.7 Л3.8	
2.12	Общая физическая подготовка: развитие общей выносливости /Тема/	4	0			
2.13	Оздоровительная ходьба Оздоровительный бег Аэробика /Пр/	4	8	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.3Л3.4 Л3.5 Л3.7 Л3.8	
2.14	Лечебная физическая культура: комплексы дыхательной гимнастики /Тема/	4	0			
2.15	Значение дыхательных упражнений для сохранения и укрепления здоровья. Методика занятий дыхательной гимнастикой. /Пр/	4	6	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.3Л3.4 Л3.7 Л3.8	
2.16	Лечебная физическая культура: комплексы ЛФК при заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата /Тема/	4	0			
2.17	Комплексы ЛФК при сколиозе Комплексы ЛФК при остеохондрозе Комплексы ЛФК при артрозе /Пр/	4	6	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.3Л3.2 Л3.4 Л3.7 Л3.8	
2.18	Общая физическая подготовка: развитие общей выносливости /Тема/	5	0			

2.19	Оздоровительная ходьба Оздоровительный бег Аэробика /Пр/	5	4	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.3Л3.4 Л3.5 Л3.7 Л3.8	
2.20	Лечебная физическая культура: комплексы дыхательной гимнастики /Тема/	5	0			
2.21	Значение дыхательных упражнений для сохранения и укрепления здоровья. Методика занятий дыхательной гимнастикой. /Пр/	5	4	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.3Л3.4 Л3.5 Л3.7 Л3.8	
2.22	Лечебная физическая культура: комплексы ЛФК при заболеваниях и травмах опорно -двигательного аппарата /Тема/	5	0			
2.23	Комплексы ЛФК при сколиозе Комплексы ЛФК при остеохондрозе Комплексы ЛФК при артрозе /Пр/	5	4	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.3Л3.4 Л3.5 Л3.7 Л3.8	
2.24	Общая физическая подготовка: развитие гибкости, силовой выносливости, общей выносливости /Тема/	5	0			
2.25	Динамическое и статическое растягивание. Активное и пассивное растягивание Комплексы силовой гимнастики Оздоровительная ходьба Оздоровительный бег /Пр/	5	4	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.3Л3.4 Л3.5 Л3.7 Л3.8	
2.26	Общая физическая подготовка: развитие гибкости, силовой выносливости, общей выносливости /Тема/	6	0			
2.27	Динамическое и статическое растягивание. Активное и пассивное растягивание Комплексы силовой гимнастики Оздоровительная ходьба Оздоровительный бег /Пр/	6	4	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.3Л3.4 Л3.5 Л3.7 Л3.8	
2.28	Лечебная физическая культура: комплексы ЛФК при заболеваниях сердечно- сосудистой и дыхательной систем, нарушениях зрения /Тема/	6	0			
2.29	Комплексы ЛФК при ВСД и	6	4	ОК 04.	Л1.1	

	гипертонии Комплексы ЛФК при заболеваниях дыхательной системы Методика занятий при заболеваниях органов зрения /Пр/			ОК 08.	Л1.3Л3.1	
2.30	Общая физическая подготовка: развитие общей выносливости /Тема/	6	0			
2.31	Оздоровительная ходьба Оздоровительный бег Аэробика /Пр/	6	6	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.3Л3.7	
2.32	Лечебная физическая культура: комплексы дыхательной гимнастики /Тема/	6	0			
2.33	Значение дыхательных упражнений для сохранения и укрепления здоровья. Методика занятий дыхательной гимнастикой. /Пр/	6	6	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.3Л3.2 Л3.6	
2.34	Лечебная физическая культура: комплексы ЛФК при заболеваниях и травмах опорно -двигательного аппарата /Тема/	6	0			
2.35	Комплексы ЛФК при сколиозе Комплексы ЛФК при остеохондрозе Комплексы ЛФК при артрозе /Пр/	6	6	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.3Л3.2 Л3.6	
2.36	Общая физическая подготовка: развитие гибкости, силовой выносливости, общей выносливости /Тема/	7	0			
2.37	Динамическое и статическое растягивание. Активное и пассивное растягивание Комплексы силовой гимнастики Оздоровительная ходьба Оздоровительный бег /Пр/	7	4	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.3Л3.2 Л3.5 Л3.7	
2.38	Общая физическая подготовка: развитие общей выносливости /Тема/	7	0			
2.39	Оздоровительная ходьба Оздоровительный бег Аэробика /Пр/	7	6	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.3Л3.7	

2.40	Лечебная физическая культура: комплексы дыхательной гимнастики /Тема/	7	0			
2.41	Значение дыхательных упражнений для сохранения и укрепления здоровья. Методика занятий дыхательной гимнастикой. /Пр/	7	4	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.3Л3.6	
2.42	Общая физическая подготовка: развитие гибкости, силовой выносливости, общей выносливости /Тема/	8	0			
2.43	Динамическое и статическое растягивание. Активное и пассивное растягивание Комплексы силовой гимнастики Оздоровительная ходьба Оздоровительный бег /Пр/	8	6	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.3Л3.4 Л3.5 Л3.7 Л3.8	
2.44	Общая физическая подготовка: развитие общей выносливости /Тема/	8	0			
2.45	Оздоровительная ходьба Оздоровительный бег Аэробика /Пр/	8	4	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.3Л3.4 Л3.5 Л3.7 Л3.8	
	Раздел 3. Контрольные занятия					
3.1	Оценка уровня физической и технической подготовленности /Тема/	3	0			
3.2	Выполнение контрольных упражнений, характеризующих развитие у обучающихся основных физических качеств, двигательных умений и навыков: Отклонение туловища (девушки) Тест на гибкость Техника выполнения упражнений ЛФК /Пр/	3	4	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.3Л3.4 Л3.7 Л3.8	
3.3	Оценка уровня физической и технической подготовленности /Тема/	4	0			
3.4	Выполнение контрольных упражнений, характеризующих	4	6	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.3Л3.4	

	развитие у обучающихся основных физических качеств, двигательных умений и навыков: Отклонение туловища (девушки) Тест на гибкость Техника выполнения упражнений ЛФК /Пр/				ЛЗ.7 ЛЗ.8	
3.5	Оценка уровня физической и технической подготовленности /Тема/	5	0			
3.6	Выполнение контрольных упражнений, характеризующих развитие у обучающихся основных физических качеств, двигательных умений и навыков: Отклонение туловища (девушки) Тест на гибкость Техника выполнения упражнений ЛФК /Пр/	5	6	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.3Л3.4 ЛЗ.7 ЛЗ.8	
3.7	Оценка уровня физической и технической подготовленности /Тема/	6	0			
3.8	Выполнение контрольных упражнений, характеризующих развитие у обучающихся основных физических качеств, двигательных умений и навыков: Отклонение туловища (девушки) Тест на гибкость Техника выполнения упражнений ЛФК /Пр/	6	6	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.3Л3.4 ЛЗ.7 ЛЗ.8	
3.9	Оценка уровня физической и технической подготовленности /Тема/	7	0			
3.10	Выполнение контрольных упражнений, характеризующих развитие у обучающихся основных физических качеств, двигательных умений и навыков: Отклонение туловища (девушки) Тест на гибкость	7	6	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.3Л3.4 ЛЗ.7 ЛЗ.8	

	Техника выполнения упражнений ЛФК /Пр/					
3.11	Оценка уровня физической и технической подготовленности /Тема/	8	0			
3.12	Выполнение контрольных упражнений, характеризующих развитие у обучающихся основных физических качеств, двигательных умений и навыков: Отклонение туловища (девушки) Тест на гибкость Техника выполнения упражнений ЛФК /Пр/	8	6	ОК 04. ОК 08.	Л1.1 Л1.3Л3.4 Л3.7 Л3.8	

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Представлен отдельным документом

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

6.1. Рекомендуемая литература

1. 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.
2. 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 / Кривошеева В. Б., сост. ; Костромская ГСХА. Кафедра физической культуры и спорта. - Караваево : Костромская ГСХА, 2021. - 40 с. - Текст : электронный. - URL: http://lib.ksaa.edu.ru/marcweb/books/metod/M21_3743.pdf. - Режим доступа: для авториз. пользователей. - М121.1.
3. Физическая культура / Антонов М.Ф., сост. - Кострома: КГСХА, 2010. - Изд. 2-е перераб. - 158 с.
4. Антонов М.Ф. Организационно-методические основы подготовки спортсменов в гиревом спорте. - Караваево: КГСХА, 2014. - 76с.
5. Дрепелев Р.А., Дрепелева О.П. Методика развития гибкости. - Караваево: КГСХА, 2014. - 38с.
6. Кривошеева В.Б. Использование методов круговой тренировки на занятиях физической культурой.- Кострома: КГСХА, 2007. - 34 с.
7. Якунин Ю.И. Подготовка к выполнению легкоатлетических нормативов.- Кострома: КГСХА, 2005. - 19 с.
8. Говоркова Л.А. Степ-аэробика в системе физической подготовки студентов . - Кострома: КГСХА, 2012. - 18 с.
9. Ю.И. Якунин. Начальная стрелковая подготовка. -Кострома: КГСХА, 2008. - 46 с.
10. О.Н. Токмакова, В.Б. Кривошеева, Н.А. Фролов и др. Организация самостоятельных занятий оздоровительной направленности Кострома: КГСХА, 2009. - 60 с.
11. Кривошеева В.Б. Организация самостоятельных занятий с отягощениями для коррекции фигуры.- Кострома: КГСХА, 2010. - 42 с.
12. Физическая культура [Текст] : учебник для СПО / Решетников Н.В. [и др.]. - 14-е изд., исправ. - М : Академия, 2014. - 176 с. - (Среднее профессиональное образование).
13. Теплов, В.И. Физиология питания : учебное пособие / В. И. Теплов, В. Е. Боряев. - 3-е изд., перераб. и доп. - Электрон. дан. - Москва : Дашков и К°, 2017. - 456 с. - (Учебные издания для бакалавров). - Режим доступа: <https://e.lanbook.com/reader/book/91243/>, требуется регистрация. - Загл. с экрана. - Яз. рус. - ISBN 978-5-394-02696-6.

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Филиппова Ю. С.	Физическая культура: учебно-методическое пособие	Москва: ИНФРА-М, 2023

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.2	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
Л1.3	Токмакова О. Н., сост.	Адаптивная физическая культура: учебно-методическое пособие для студентов 1-2 курсов всех направлений подготовки и специальностей высшего образования	Караваево: Костромская ГСХА, 2023

6.1.3. Методические разработки

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л3.1	Попов С.В., ред.	Лечебная физическая культура: учебник для вузов	Москва: Академия, 2013
Л3.2	Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта	Общеразвивающие упражнения на занятиях по физической культуре в вузе: метод. рекомендации для обучающихся СПО всех специальностей	Караваево: Костромская ГСХА, 2015
Л3.3	Якунин Ю. И.	Самостоятельные физкультурно-оздоровительные занятия: методические рекомендации для обучающихся I-III курсов всех специальностей СПО	Караваево: Костромская ГСХА, 2017
Л3.4	Дрепелев Р. А.	Общая физическая подготовка : Методики развития координационных способностей. Общие положения: метод. рекомендации для студентов 1-3 курса всех специальностей и направлений подготовки очной формы обучения	Караваево: Костромская ГСХА, 2019
Л3.5	Дрепелев Р. А.	Общая физическая подготовка. Общие положения методики развития физического качества сила: методические рекомендации для студентов 1-2 курсов всех специальностей и направлений подготовки очной формы обучения	Караваево: Костромская ГСХА, 2020
Л3.6	Ериков В. М., сост.	Адаптивная физическая культура: краткий словарь терминов	Рязань: Рязанский государственный университет, 2015
Л3.7	Дрепелев Р. А.	Общие положения методики развития физического качества выносливость: методических рекомендаций по дисциплине «Общая физическая подготовка» для самостоятельной работы студентов 1-2 курсов всех специальностей и направлений подготовки очной формы обучения	Караваево: Костромская ГСХА, 2022
Л3.8	Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта	Методика развития гибкости: метод. рекомендации для студентов 1-3 курсов специальной и основной медицинской группы всех специальностей	Караваево: Костромская ГСХА, 2014
Л3.9	Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта	Физическая культура: учеб.-метод. пособие для студентов 1-3 курсов всех специальностей и направлений подготовки очной и заочной форм обучения	Караваево: Костромская ГСХА, 2015

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
6.3.1.4	Программное обеспечение "Антиплагиат"

6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

6.3.2.1	Единое окно доступа к образовательным ресурсам
6.3.2.2	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU
6.3.2.3	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	спортивный зал игровой	Баскетбольные щиты, волейбольная сетка, гимнастическая стенка, гандбольные ворота, мячи, маты
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	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, гинастические 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	Тренажёрный зал	Силовые тренажеры, штанги, гантели, гири, диски