

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:

ФИО: Волхонов Михаил Станиславович

Должность: Ректор

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
Уникальный программный ключ:  
40a6db1879d6a9ee29ec8e0ffb2f95e4614a0998  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
"КОСТРОМСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ"

Согласовано:  
Председатель методической комиссии  
факультета ветеринарной  
медицины и зоотехнии

\_\_\_\_\_ /Сморчкова А.С./  
«14» мая 2024 года

Утверждаю:  
Декан факультета ветеринарной  
медицины и зоотехнии

\_\_\_\_\_ /Горбунова Н.П./  
«15» мая 2024 года

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### ОГСЭ.ДВ.01.01 Физическая культура

Специальность	<u>36.02.01 Ветеринария</u> (код, наименование)
Квалификация	<u>ветеринарный фельдшер</u> (наименование)
Форма обучения	<u>очная</u> (очная, заочная)
Срок освоения ППССЗ:	<u>3 года 10 месяцев</u> (нормативный или сокращенный срок обучения)
На базе:	<u>основного общего образования</u>

При разработке рабочей программы дисциплины в основу положены:

- 1) ФГОС среднего профессионального образования по специальности: 36.02.01 Ветеринария, утвержденный приказом № 657 Министерства образования и науки РФ «23» ноября 2020 года.
- 2) Учебный план специальности 36.02.01 Ветеринария одобрен Ученым советом ФГБОУ ВО Костромской ГСХА от «21» февраля 2024 года, протокол № 2

Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании кафедры физической культуры и спорта от « 23 » апреля 2024 года, протокол № 7

Заведующий кафедрой  
физической культуры и спорта

/Ю.И. Якунин /

Разработчик:

/Ю.И. Якунин/

Рецензент\_\_\_\_\_

## **1 Паспорт рабочей программы дисциплины**

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

Программа дисциплины является частью примерной программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности 36.02.01 Ветеринария.

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

**1.2 Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:** дисциплина ОГСЭ.ДВ.01.01 Физическая культура входит в состав общего гуманитарного и социально-экономического учебного цикла в дисциплины (модули) по выбору 1 (ДВ.1).

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

- 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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

#### **Знать:**

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни.

#### **Уметь:**

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:

#### **Общие компетенции (ОК):**

ОК 8. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

В результате освоения учебной дисциплины выпускник должен обладать следующими личностными результатами:

ЛР 7 - Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.

ЛР 9 - Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.

ЛР 20 - Способный к реализации творческого потенциала в духовной и предметно-продуктивной деятельности, социальной и профессиональной мобильности на основе выстраивания своей жизненной и профессиональной траектории.

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

- максимальной учебной нагрузки обучающегося – 180 часов в том числе:
- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 150 часов;
- самостоятельной работы обучающегося – 30 часов.

**2 Структура и примерное содержание дисциплины**

**2.1 Объем дисциплины и виды учебной работы**

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр № 3	Семестр № 4	Семестр №5	Семестр №6	Семестр №7
Учебная нагрузка обучающихся во взаимодействии с преподавателем (всего) в том числе:	<b>150</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>30</b>
теоретическое обучение	10	2	2	2	2	2
практические занятия	140	28	28	28	28	28
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	<b>30</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>6</b>
в том числе:						
изучение дополнительной литературы						
<b>самостоятельная разработка и написание конспекта части занятия</b>						
<b>работа над отстающими качествами</b>						
<b>подготовка к контрольным испытаниям по физической и технической подготовке</b>						
<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>зачет (З)</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>
	<b>дифференцированный зачет (ДЗ)</b>	–	–	–	–	
	<b>экзамен (Э)</b>	–	–	–	–	

## 2.2 Тематический план и содержание дисциплины

Наименование тем	Содержание учебного материала, практических работ, самостоятельная работа обучающихся.	Объем часов	Уровень усвоения
	<b>Раздел 1</b> <b>Теоретический материал</b>	10	2,3
<b>Тема 1.3. Основы здорового образа жизни обучающихся. Физическая культура в обеспечении здоровья.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>  Здоровье человека, его ценность и значимость для профессионала. Взаимосвязь общей культуры обучающихся и их образа жизни. Современное состояние здоровья молодежи. Личное отношение к здоровью как условие формирования здорового образа жизни. Двигательная активность. Влияние экологических факторов на здоровье человека. О вреде и профилактике курения, алкоголизма, наркомании. Влияние наследственных заболеваний в формировании здорового образа жизни. Рациональное питание и профессия. Режим в трудовой и учебной деятельности. Активный отдых. Гигиенические средства оздоровления и управления работоспособностью.	2	2,3
<b>Тема 1.4. Психофизические основы учебного и производственного Средства физической культуры в регулировании работоспособности</b>	<b>Содержание учебного материала</b>  Психофизиологическая характеристика будущей производственной деятельности и учебного труда обучающихся по программе СПО. Динамика работоспособности обучающихся в учебном году и факторы, ее определяющие. Основные причины изменения общего состояния обучающихся в период экзаменационной сессии. Критерии нервно-эмоционального, психического, и психофизического утомления обучающихся. Методы повышения эффективности производственного и учебного труда. Значение мышечной релаксации. Аутотренинг и его использование для повышения работоспособности.	4	2,3
<b>Тема 1.5. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>  Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий, их формы и содержание. Организация занятий физическими упражнениями различной направленности. Особенности самостоятельных занятий для юношей и девушек. Основные принципы построения самостоятельных занятий и их гигиена. Коррекция фигуры. Основные признаки утомления. Факторы регуляции нагрузки. Тесты для определения оптимальной индивидуальной нагрузки. Сенситивность в развитии профилирующих двигательных качеств.	2	2,3
<b>Тема 1. 6.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		2,3

<b>Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.</b>	Диагностика и самодиагностика состояния организма учащегося при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом. Врачебный контроль, его содержание. Самоконтроль, его основные методы, показатели и критерии оценки, использование методов стандартов, антропометрических индексов, номограмм, функциональных проб, упражнений — тестов для оценки физического развития, телосложения, функционального состояния организма, физической подготовленности. Коррекция содержания и методики занятий физическими упражнениями и спортом по результатам показателей контроля.	2	2,3
	<b>Раздел 2</b> <b>Методико-практические занятия</b>	<b>12</b>	2,3
<b>Тема 2.1 Методы самоконтроля за функциональным состоянием</b>	<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.	4	2,3
	<b>Самостоятельная работа обучающегося</b> Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя. Самостоятельное измерение ЧСС в течение дня.		2,3
<b>Тема 2.2 Методика составления и проведения части занятия</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Составление конспекта части занятия. Проведение части занятия с группой. <b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя. Самостоятельная разработка и написание конспекта части занятия.	2	2,3
	<b>Раздел 3</b> <b>Практические занятия</b>	<b>130</b>	2
<b>Тема 3.1. Баскетбол</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Специальная физическая подготовка (СФП): развитие скоростно-силовых качеств, скоростной выносливости, координационных способностей, гибкости, прыжковой выносливости.	18	2
	Обучение технике игры: стойки, передвижения, остановки, повороты на месте, ловля и передача мяча двумя, одной руками, ведение левой и правой рукой, с низким, средним, высоким отскоком, обучение технике выполнения двух шагов в баскетболе.		2
	Обучение технике различных способов броска мяча в корзину. Техника выполнения штрафного броска.		2
	Совершенствование тактических взаимодействий: в нападении (индивидуальное, групповое, командное); защите: (индивидуальное, групповое, командное).		2
	Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игра по правилам.		2

	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Самостоятельная отработка технических приемов, работа над отстающими игровыми качествами. Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя. Самостоятельное изучение учебного материала по теме.	4	2
<b>Тема 3.2 Волейбол</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Специальная физическая подготовка (СФП). Развитие физических качеств: прыгучести, быстроты реакции, ловкости. Стойки, перемещения, исходные положения. Передача мяча сверху двумя руками. Передача мяча снизу двумя руками. Нижняя прямая подача. Верхняя боковая подача. Верхняя прямая подача. Прием мяча с подачи. Атакующий удар. Прием мяча после атакующего удара. Блокирование. Игра по упрощенным правилам волейбола. Игра по правилам.	18	2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Самостоятельная отработка технических приемов, работа над отстающими игровыми качествами. Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя. Самостоятельное изучение учебного материала по теме.	4	2
<b>Тема 3.3 Легкая атлетика.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Развитие необходимых физических качеств. Упражнения для укрепления ног. Беговые и прыжковые упражнения. Обучение технике бега на короткие и средние дистанции. Обучение технике оздоровительного и кроссового бега. Бег в сочетании с ходьбой. Оздоровительный бег (ЧСС 130-150). Кроссовый бег (ЧСС 140-160). Бег на средние дистанции (ЧСС 170-190). Прыжки в длину с места или прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги»; метание гранаты весом 500 г (девушки) и 700 г (юноши);	18	2
	<b>Самостоятельная работа обучающегося</b> Самостоятельная работа над отстающими физическими качествами, выполнение специальных беговых упражнений. Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя.	4	2

	Самостоятельное изучение учебного материала по теме.		
<b>Тема 3.4. Лыжная подготовка</b>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>Обучение техники лыжных ходов. Изучение техники конькового хода. Изучение техники спуска и подъема на лыжах.</p> <p>Совершенствование техники передвижения на лыжах на различных рельефах местности. Переход с хода на ход в зависимости от условий дистанции и состояния лыжни.</p> <p>Прохождение дистанции в переменном режиме.</p> <p>Элементы тактики лыжных гонок: распределение сил, лидирование, обгон, финиширование и др.</p> <p>Прохождение дистанции до 5 км (девушки) и до 8 км (юноши). Основные элементы тактики в лыжных гонках.</p>	18	2
<b>Тема 3.5. Футбол* юноши</b>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>Специальная физическая подготовка (СФП).</p> <p>Развитие физических качеств: прыгучести, силы быстроты реакции, специальной выносливости, ловкости.</p> <p>Техника ведения мяча наружной, внутренней частью стопы и прямым подъемом.</p> <p>Техника передачи мяча внутренней и наружной частью стопы. Техника остановки мяча стопой, голенюю, бедром, грудью, головой. Техника обводки игрока. Техника удара по мячу внутренней, прямым подъемом и стопы и головой.</p> <p>Начало игры с центра поля. Пробитие штрафного, свободного, углового ударов. Выбрасывание из-за боковой, построение стенки, спорный мяч.</p> <p>Тактика групповых действий в нападении, защите, полузащите.</p> <p>Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров. Игра по правилам.</p> <p><b>Самостоятельная работа обучающегося</b></p> <p>Самостоятельная отработка технических приемов, работа над отстающими игровыми качествами.</p> <p>Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя.</p> <p>Самостоятельное изучение учебного материала по теме.</p>	18*	2
<b>Тема 3.6. Фитнес (аэробика)* девушки</b>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>Дифференцированное развитие физических качеств.</p> <p>Обучение комплексу аэробики (5 частей).</p> <p>Обучение 1-2 частям аэробики (разминка, аэробная часть, освоение основных базовых шагов).</p> <p>Обучение 3-5 частям аэробики: (заминка, упражнения в партере, заключительная заминка).</p> <p>Совершенствование комплексов аэробики различной направленности: базовая аэробика, силовые уроки, степ-аэробика, фитбол, слайд-аэробика, пилатес, круговые и интервальные уроки (метод чередования степени интенсивности или метод чередования кардио- и силовой нагрузки).</p>	18*	2

	<b>Самостоятельная работа обучающегося</b> Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя. Самостоятельная разработка части занятия аэробикой.	4*	2
	<b>Содержание учебного материала</b> Развитие физических качеств: общей выносливости, силовой выносливости; силы, гибкости, быстроты, координации, скоростно-силовых способностей.	18	2
	<b>Самостоятельная работа обучающегося</b> Самостоятельная работа над отстающими физическими качествами. Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя.	6	2
	<b>Раздел 4.</b> <b>Контрольные занятия</b>	28	2
<b>Тема 4.1. Оценка уровня физической и технической подготовленности.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Выполнение контрольных упражнений, характеризующих развитие у обучающихся основных физических качеств, двигательных умений и навыков: Бег 30 м, 100 м, 200 м Бег 500 м (девушки), 1000 м (юноши), 2000 м (девушки), 3000 м (юноши), марш-бросок 5 км (юноши), 3 км (девушки) Прыжок в длину с места Подтягивание (юноши) Отжимание (девушки) Поднимание ног в висе (юноши) Отклонение туловища (девушки) Челночный бег 3х10м Тест на гибкость Техника выполнения упражнений по видам спорта <b>Самостоятельная работа обучающегося</b> Самостоятельная работа над отстающими физическими качествами и техническими элементами. Подготовка к контрольным испытаниям с использованием методических рекомендаций преподавателя.	24	2
	<b>Промежуточный контроль знаний - зачет</b>	4	2
		<b>Всего:</b>	<b>180</b>

### **2.3. Примерная тематика курсовых проектов (работ)**

Не предусмотрено.

### **2.4 Самостоятельная работа обучающегося**

#### **2.4.1 Виды СРС**

№ п/п	№ семес- тра	Наименование разделов и тем	Виды СРС	Всего часов
1	2	3	4	5
2	3-7	<b>Раздел 2</b> <b>Методико-практические занятия</b> Тема 2.1 Методы самоконтроля за функциональным состоянием Тема 2.1 Методика составления и проведения части занятия	Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя. Самостоятельное измерение ЧСС в течение дня. Самостоятельная разработка и написание конспекта части занятия.	4
3	3-7	<b>Раздел 3</b> <b>Практические занятия</b> Тема 3.1. Баскетбол Тема 3.2 Волейбол Тема 3.3 Легкая атлетика. Тема 3.5. Футбол* Тема 3.6. Фитнес (аэробика)* Тема 3.7. Общевизическая подготовка	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.	22
4	3-7	<b>Раздел 4</b> <b>Контрольные занятия.</b> Тема 4.1. Оценка уровня физической и технической подготовленности.	Самостоятельная работа над отстающими физическими качествами и техническими элементами. Подготовка к контрольным испытаниям с использованием методических рекомендаций преподавателя.	4
<b>ИТОГО:</b>				<b>30</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 и площадок:

№ п/п	Наименование предмета, дисциплины в соответствии с учебным планом	Наименование учебного кабинета	Перечень основного оборудования, технических средств обучения
1	ОГСЭ.ДВ.01.01 Физическая культура	Учебные аудитории для проведения лабораторно- практических занятий и занятий семинарского типа	Спортивный зал игровой Спортивный инвентарь: баскетбольные щиты, футбольные ворота, волейбольная сетка, гимнастическая сетка, игровой инвентарь.
2			Зал атлетической гимнастики Силовые тренажеры, штанги, гантели, гири
3			Зал фитнеса Велотренажеры (3 шт.), тренажер беговая дорожка, гантели, фитболы, бодибары, обручи, степ-платформы и т.д.
4		Учебные аудитории для групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации	Зал армрестлинга Силовые тренажеры, штанги, гантели, столы для армспорта, гимнастическая стенка

#### 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
Учебно- методическое пособие	<b>Филиппова, Ю. С.</b> 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: <a href="https://znanium.com/catalog/product/1071372">https://znanium.com/catalog/product/1071372</a> . – Режим доступа: по подписке.	1-3	1-2	Неограничен ный доступ	-

Методические рекомендации	<b>Общеразвивающие упражнения на занятиях по физической культуре</b> : 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: <a href="http://lib.ksaa.edu.ru/marcweb/books/metod/M21_3743.pdf">http://lib.ksaa.edu.ru/marcweb/books/metod/M21_3743.pdf</a> . - Режим доступа: для авториз. пользователей. - М121.1.	1-3	1-2	Неограниченный доступ	-
---------------------------	---	-----	-----	-----------------------	---

**6) 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 биб- лиотеке	на ка- федре
1	2	3	4	5	6	7
1	Курс лекций	Физическая культура / Антонов М.Ф., сост. - Кострома: КГСХА, 2010. - Изд. 2-е перераб. - 158 с.	1,2	1-2	94	1
2	Учебно- методическое пособие	Антонов М.Ф. Организационно-методические основы подготовки спортсменов в гиревом спорте. - Караваево: КГСХА, 2014. - 76с.	3	1-2	43	2
3	Методические рекомендации	Дрепелев Р.А., Дрепелева О.П. Методика развития гибкости. - Караваево: КГСХА, 2014. - 38с.	3	1-2	93	2
4	Методические рекомендации	Зорихин Д.Л. Методические основы обучения игры в шахматы: Кострома:КГСХА, 2014. - 28 с.	3	1-2	43	2
5	Методические рекомендации	Кривошеева В.Б. Использование методов круговой тренировки на занятиях физической культурой.- Кострома: КГСХА, 2007. - 34 с.	3	1-2	2	2
6	Методические рекомендации	Якунин Ю.И. Подготовка к выполнению легкоатлетических нормативов.- Кострома: КГСХА, 2005. - 19 с.	3	1-2	5	2
7	Методические рекомендации	Говоркова Л.А. Степ-аэробика в системе физической подготовки студентов . - Кострома: КГСХА, 2012. - 18 с.	3	1-2	4	2
8	Учебно- методическое	Ю.И. Якунин. Начальная стрелковая подготовка. -Кострома: КГСХА, 2008. - 46 с.	3	1-2	50	2

	пособие					
9	Методические рекомендации	О.Н. Токмакова, В.Б. Кривошеева, Н.А. Фролов и др. Организация самостоятельных занятий оздоровительной направленности Кострома: КГСХА, 2009. - 60 с.	3	1-2	20	2
10	Методические рекомендации	Кривошеева В.Б. Организация самостоятельных занятий с отягощениями для коррекции фигуры.- Кострома: КГСХА, 2010. - 42 с.	3	1-2	3	2
11	Учебно-методическое пособие	Якунин Ю.И. Атлетическая подготовка студентов. - Кострома: КГСХА, 2011. - 46с.	3	1-2	3	2
12	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	1-3	1-2	15	1
13	Учебное пособие	<b>Теплов, В.И.</b> 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: <a href="https://e.lanbook.com/reader/book/91243/">https://e.lanbook.com/reader/book/91243/</a> , требуется регистрация. - Загл. с экрана. - Яз. рус. - ISBN 978-5-394-02696-6.	1-3	1-2	Неограниченный доступ	

**в) периодические издания:**

- Вестник АПК Верхневолжья : научно-прикладной журнал // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/journal/2194>. – Режим доступа: для авториз. пользователей; URL: <https://yaragrovuz.ru/index.php/nauka-i-mezhdunarodnaya-deyatelnost/zhurnal-vestnik-apk-vekhnevolzhya>. – Режим доступа: свободный.
- Вопросы нормативно-правового регулирования в ветеринарии: научно-прикладной журнал // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/journal/2209>. – Режим доступа: для авториз. пользователей; URL: <https://spbguvm.ru/academy/scince/scientificjournals/journal1/>. – Режим доступа: свободный.
- Гуманитарные аспекты охоты и охотничьего хозяйства: научно-практический журнал // Научная электронная библиотека. – URL: <https://www.elibrary.ru/contents.asp?id=37793437>. – Режим доступа: для авториз. пользователей; URL: <http://biosphere-sib.ru/scientific-practical-journals/archivs.php>. – Режим доступа: свободный.

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

Наименование электронно-	Сведения о правообладателе	Сведения о наличии	Наличие возможности
--------------------------	----------------------------	--------------------	---------------------

<p>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>электронно-библиотечной системы, базы данных и заключенном с ним договоре, включая срок действия заключенного договора</p>	<p>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>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 № 16 от 21.03.2023г.  действует до 20.03.2024г.;  Договор № СЭБ НВ-171  от 23.12.2019 с неограниченной  пролонгацией  ООО Издательство «Лань»  Лицензионный договор № 17  от 20.03.2023г. действует до  20.03.2024г.;  Соглашение о сотрудничестве  №142/23 от 21.03.2023 действует  до 20.03.2024г.</p>	<p>Свидетельство о государственной  регистрации базы данных №  2011620038 от 11.01.2011  «Издательство Лань. Электронно-  библиотечная система».  Свидетельство о регистрации СМИ  ЭЛ № ФС77-42547 от 03.11.2010 г.  Свидетельство о государственной  регистрации базы данных №  2017620439 от 18.04.2017 «ЭБС  Лань».  Свидетельство о регистрации СМИ  ЭЛ № ФС77-71194 от 27.09.2017 г.</p>	<p>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 ИБЛИОТЕКА,  Лицензионное соглашение от  31.03.2017, без ограничения  срока</p>	<p>Свидетельство о государственной  регистрации базы данных №  2010620732 от 14.12.2010  «Электронно-библиотечная система  elibrary», правообладатель ООО  «РУНЭБ» / Свидетельство о  регистрации СМИ ЭЛ № ФС77-42487  от 27.10.2010 г.</p>	
<p>Polpred.com Обзор СМИ  <a href="http://polpred.com">http://polpred.com</a></p>	<p>ООО «ПОЛПРЕД Справочники»  Соглашение от 29.03.2019 с  неограниченной пролонгацией</p>	<p>Свидетельство о государственной  регистрации базы данных №  2010620535 от 21.09.2010 ООО</p>	

		«ПОЛПРЕД Справочники» / Свидетельство о регистрации СМИ ЭЛ № ФС77-42207 от 08.10.2010 г.	
Электронная библиотека Костромской ГСХА <a href="http://lib.ksaa.edu.ru/marcweb">http://lib.ksaa.edu.ru/marcweb</a>	НПО «ИнформСистема» Лицензионное соглашение № 070420080839 от 07.04.2008	Номер лицензии на использование программного продукта АБИС MAPK SQL 070420080839. Право использования принадлежит ФГБОУ ВО Костромская ГСХА	
Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» <a href="http://window.edu.ru">http://window.edu.ru</a>	ФГАУ ГНИИ ИТТ "Информика". Некоммерческий продукт со свободным доступом.	Свидетельство о регистрации СМИ Эл № 77 – 8044 от 16.06.2003	
Базы данных Springer Nature_Life Sciences Package	Заявление о предоставлении доступа № 23-1883-02513 от 09.01.2023, бессрочно	-	Локальный сетевой доступ
База данных eBook Collections 2023 издательства Springer Nature	Заявление о предоставлении доступа № 23-1884-02513 от 09.01.2023, бессрочно	-	
Базы данных Springer Nature_Physical Sciences & Engineering	Заявление о предоставлении доступа № 23-1881-02513 от 09.01.2023, бессрочно	-	
Базы данных Springer Nature_Social Sciences Package	Заявление о предоставлении доступа № 23-1882-02513 от 09.01.2023, бессрочно	-	
Национальная электронная библиотека <a href="http://нэб.рф">http://нэб.рф</a>	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	Свидетельство о регистрации СМИ № 77-814 от 28.04.1999г.	Одновременный индивидуальный неограниченный доступ к изданиям, подлежащим свободному использованию. Доступ к изданиям, охраняемым авторским правом, возможен из Электронного читального зала.
Справочная Правовая Система «КонсультантПлюс»	ООО «Консультант Кострома» Договор № 105 от 09.02.2023	Свидетельство о регистрации СМИ Эл № ФС 77-42075 от 08.01.2003	Возможен локальный сетевой доступ

**д) лицензионное программное обеспечение**

<b>Наименование программного обеспечения</b>	<b>Сведения о правообладателе (лицензиат, номер лицензии, дата выдачи, срок действия) и заключенном с ним договоре</b>
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
Microsoft Forefront TMG Standard 2010	Майкрософт, 48946846, 24.08.2011, постоянная
Microsoft Windows Server Standard 2012 Academic	Майкрософт, 61149292, 15.11.2012, постоянная
Sun Rav Book Office	Sun Rav Software, 25.04.2012, постоянная
Sun Rav Test Office Pro	Sun Rav Software, 25.04.2012, постоянная
Renga Architecture	АСКОН, ДЛ-15-00032, 10.05.2015, постоянная
КОМПАС-АвтоПроект, КОМПАС 3D V9	АСКОН, МЦ-14-00430, 01.01.2010, постоянная
Лира Canp AcademicSet	Лира, 623931176, 08.04.2009, постоянная
Autodesk Education MasterSuite 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 № 5442 от 05.09.2022, 1 год
Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499 Node 1 year Educational Renewal License	ООО «ДримСофт», договор №126 от 30.03.2023, 1 год

### 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, квалифика -ционная категория	стаж педагогической (научно- педагогической) работы		основное место работы, должность	условия привлечения к педагогической деятельности	
					всего	в т.ч. педагогической работы			
					всего	в т.ч. по указанному предмету, дисциплине (модулю)			
1	ОГСЭ.ДВ.01.01 Физическая культура	Якунин Юрий Иванович преподаватель доцент	Костромской ГПУ им.Н.А.Некрасова, Физическая культура	Канд.пед.н аук, доцент	31	31	9	ФГБОУ ВО Костромская ГСХА, кафедра физического воспитания и спорта, Доцент, преподаватель	Штатный работник
2		Дрепелева Олеся Павловна, преподаватель	Высшее, Физическая культура и спорт, Педагог по физической культуре и спорту		21	21	9	ФГБОУ ВО Костромская ГСХА, преподаватель кафедры физического воспитания и спорта	Штатный работник
3		Агафонов Андрей Романович, преподаватель доцент	Костромской педагогический институт, история Костромской ГУ, профессиональная переподготовка	Канд. пед. наук	31	21	9	ФГБОУ ВО Костромская ГСХА, преподаватель, доцент	Штатный работник

«Адаптивная  
физическая  
культура»

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p><b>- уметь:</b></p> <p>- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей</p>	<p>Оценка контрольных упражнений, характеризующих развитие у обучающихся основных физических качеств, двигательных умений и навыков, необходимых для полноценной жизнедеятельности и будущей профессиональной деятельности.</p> <p>Оценка техники выполнения упражнений по видам спорта Раздела 3.</p> <p>Оценка применения методов самоконтроля при занятиях физическими упражнениями.</p> <p>Оценка проведения подготовительной части занятия.</p>
<p><b>знать:</b></p> <p>- о роли физической культуры в общепрофессиональном, культурном и социальном развитии человека;</p> <p>- основы здорового образа жизни.</p>	<p>Оценка усвоения теоретического материала при выполнении тестирований по темам Раздела 1 дисциплины, собеседований, выполнения заданий на практическом занятии.</p> <p>Оценка применения методов самоконтроля при занятиях физическими упражнениями.</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					
Индекс компетенции	Компетенции	Формулировка	Перечень компонентов	Технологии формирования*	Форма оценочного средства **
OK 2.	Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	<b>знать:</b> о роли физической культуры в общепрофессиональном, культурном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни. <b>уметь:</b> - использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации	Самостоятельная работа Методико-практические и практические занятия	Тестирование письменное Реферат	1-2

		健康发展,积极的休闲和娱乐;			
OK 6.	在集体和团队中有效沟通,与同事、管理层以及客户进行有效沟通。	<b>知道:</b> 了解体育文化在职业发展、文化和社会发展中的作用; <b>掌握:</b> - 现代技术,加强健康,保持健康,提高工作效率; - 预防疾病,特别是与学习和生产相关的疾病; - 通过身体锻炼和预防措施来保持健康;	独立工作 实践 和 实践 课	独立 工作 实践 和 实践 课	1-2
OK 3.	在标准和非标准情况下做出决策并承担责任。	<b>掌握:</b> - 通过基本的自我控制方法来评估个人健康状况; - 评估个人健康状况,包括身体、精神和体育方面的健康;	独立工作 实践 和 实践 课	测量 心率 和 心率 变化 在 不同 负载 强度 下的 变化 。 报告	1-2

	<p>работоспособно сти, физического развития и физических качеств; - физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности; - техническими приёмами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.</p>	<p>Практические занятия Самостоятельная работа</p> <p>Практические занятия Самостоятельная работа</p>	<p>интенсивно сти.</p> <p>Реферат Контрольные испытания для оценки уровня развития физических качеств</p> <p>Оценка степени овладения техническими элементами видов спорта</p>	
--	--	---	--	--

#### Личностные результаты

ЛР 7	<p>Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.</p>	<p>Самостоятельная работа</p> <p>Методико-практические и практические занятия</p> <p>Практические занятия Самостоятельная</p>	<p>Измерение частоты сердечных сокращений при выполнения нагрузки разной интенсивности.</p> <p>Реферат</p>	1-2
------	---	---	--	-----

		ная работа Практические занятия Самостоятельная работа	Контрольные испытания для оценки уровня развития физических качеств  Оценка степени овладения техническими элементами видов спорта	
ЛР 9	Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.	Самостоятельная работа  Методико-практические и практические занятия  Практические занятия Самостоятельная работа  Практические занятия Самостоятельная работа	Измерение частоты сердечных сокращений при выполнения нагрузки разной интенсивности.  Реферат Контрольные испытания для оценки уровня развития физических качеств  Оценка степени овладения техническими элементами	1-2

			видов спорта	
ЛР 20	<p>- Способный к реализации творческого потенциала в духовной и предметно-продуктивной деятельности, социальной и профессиональной мобильности на основе выстраивания своей жизненной и профессиональной траектории.</p>	<p>Самостоятельная работа Методико-практические и практические занятия Практические занятия Самостоятельная работа Практические занятия Самостоятельная работа</p>	<p>Измерение частоты сердечных сокращений при выполнения нагрузки разной интенсивности.</p> <p>Реферат Контрольные испытания для оценки уровня развития физических качеств</p> <p>Оценка степени овладения техническими элементами видов спорта</p>	1-2

Рабочая программа дисциплины «ОГСЭ.ДВ.01.01 Физическая культура» для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья разрабатывается индивидуально с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.