

Документ подписан простой электронной подписью.
Информация о владельце:
ФИО: Волховов Михаил Станиславович
Должность: Ректор
Дата подписания: 2025.12.09 12:58:45
Уникальный программный ключ:
40a6db1879d6a9ee29ec8e0ffb2f95e4614a0998

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

СОГЛАСОВАНО
Председатель методической
комиссии

Михаил
Александрович
Трофимов

Подписано цифровой
подписью: Михаил
Александрович Трофимов
Дата: 2025.12.09 12:58:45
+03'00'

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по научно-
исследовательской работе/Декан

Мария
Александровна
Иванова

Подписано цифровой
подписью: Мария
Александровна Иванова
Дата: 2025.12.23 13:00:13 +03'00'

Рабочая программа дисциплины (модуля)
Физическая культура

Профессия	<u>23.01.17 МАСТЕР ПО РЕМОНТУ И ОБСЛУЖИВАНИЮ АВТОМОБИЛЕЙ</u>
Квалификация	<u>мастер по ремонту и обслуживанию автомобилей</u>
Форма обучения	<u>очная</u>
Срок освоения ППКРС	<u>1 год 10 месяцев</u>
На базе	<u>основное общее образование</u>

Программу составил(и):

старший преподаватель, Кудрякова Ирина витальевна _____

Рабочая программа дисциплины

разработана в соответствии с ФГОС СПО:

Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по профессии 23.01.17 МАСТЕР ПО РЕМОНТУ И ОБСЛУЖИВАНИЮ АВТОМОБИЛЕЙ (приказ Минпросвещения России от 16.08.2024 г. № 580)

составлена на основании учебного плана:

23.01.17 МАСТЕР ПО РЕМОНТУ И ОБСЛУЖИВАНИЮ АВТОМОБИЛЕЙ

утвержденного учёным советом вуза от 22.10.2025 протокол № 9

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Протокол от 03.11.2025 г. № 3

Зав. кафедрой Якунин Юрий Иванович

Рассмотрено на заседании Методической комиссии "Инженерно-технологический факультет", протокол № 10 от 09.12.2025 0:00:00

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Цели: - 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;

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:	СГ1699978
-------------------	-----------

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

2.1.1	Физическая культура
-------	---------------------

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

актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить;

- основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте;
- алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях;
- методы работы в профессиональной и смежных сферах;
- структуру плана для решения задач;
- порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности;
- психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности;
- основы проектной деятельности;
- 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:

- распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составить план действия; определять необходимые ресурсы;
- организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности; 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:

- актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах;
- реализовать составленный план;
- оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника);
- организовывать работу коллектива и команды;
- взаимодействовать 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:

- актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить;
- основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте;
- алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях;
- методы работы в профессиональной и смежных сферах;
- структуру плана для решения задач;
- порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности;
- психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности;
- основы проектной деятельности;
- 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:

- распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составить план действия; определять необходимые ресурсы;
- организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности; 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:

- актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах;
- реализовать составленный план;
- оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника);
- организовывать работу коллектива и команды;
- взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности.

Распределение часов дисциплины по семестрам				
Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	3 (2.1)		Итого	
Неделя	18 2/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Практические	36	36	36	36
В том числе в форме практ.подготовки	32	32	32	32
Итого ауд.	36	36	36	36
Контактная работа	36	36	36	36
Итого	36	36	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. Бег и ходьба в разном темпе. Восстанавливающие физические упражнения. Оздоровительный бег и ходьба. /Пр/	3	7	ОК 04. ОК 08.	Л1.5 Л1.10Л3.1	
	Раздел 2. Практические занятия					
2.1	Баскетбол /Тема/	3	0			
2.2	Специальная физическая подготовка (СФП): развитие скоростно-силовых качеств, скоростной выносливости, координационных способностей, гибкости, прыжковой выносливости. Обучение технике игры: стойки, передвижения, остановки, повороты на месте, ловля и передача мяча двумя,	3	2	ОК 08.	Л1.10 Л1.12Л3.6	

	одной руками, ведение левой и правой рукой, с низким, средним, высоким отскоком, обучение технике выполнения двух шагов в баскетболе. /Пр/					
2.3	Волейбол /Тема/	3	0			
2.4	Специальная физическая подготовка (СФП). Развитие физических качеств: прыгучести, быстроты реакции, ловкости. Стойки, перемещения, исходные положения. Передача мяча сверху двумя руками. /Пр/	3	2	ОК 08.	Л1.9 Л1.10Л3.4	
2.5	Легкая атлетика. /Тема/	3	0			
2.6	Развитие необходимых физических качеств. Упражнения для укрепления ног. Беговые и прыжковые упражнения. Обучение технике бега на короткие и средние дистанции. /Пр/	3	2	ОК 08.	Л1.2 Л1.10Л3.6	
2.7	Лыжная подготовка /Тема/	3	0			
2.8	Футбол* юноши Фитнес (аэробика)* девушки /Тема/	3	0			
2.9	Специальная физическая подготовка (СФП). Развитие физических качеств: прыгучести, силы быстроты реакции, специальной выносливости, ловкости. Техника ведения мяча наружной, внутренней частью стопы и прямым подъемом. Техника передачи мяча внутренней и наружной частью стопы. Дифференцированное развитие физических качеств. Обучение комплексу аэробики (5 частей). /Пр/	3	1	ОК 08.	Л1.15Л3.2	

2.10	Общефизическая подготовка /Тема/	3	0			
2.11	Развитие физических качеств: общей выносливости, силовой выносливости; силы, гибкости, быстроты, координированности, скоростно-силовых способностей. /Пр/	3	1	ОК 08.	Л1.13Л3.9	
	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: 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 3x10м Тест на гибкость Техника выполнения упражнений по видам спорта /Пр/	3	1	ОК 08.	Л1.1Л3.8	
	Раздел 4. Методико-практические занятия					
4.1	Методика составления и проведения части занятия /Тема/	3	0			
4.2	оставление конспекта части занятия. Проведение части занятия с группой. /Пр/	3	1	ОК 08.	Л1.14Л3.3	

	Раздел 5. Практические занятия					
5.1	Баскетбол /Тема/	3	0			
5.2	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. Обучение технике различных способов броска мяча в корзину. Техника выполнения штрафного броска. /Пр/	3	2	ОК 08.	Л1.12Л3.9	
5.3	Волейбол /Тема/	3	0			
5.4	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 /Пр/	3	1	ОК 08.	Л1.8Л3.5	
5.5	легкая атлетика. /Тема/	3	0			
5.6	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). /Пр/	3	2	ОК 08.	Л1.6Л3.11	
5.7	Лыжная подготовка /Тема/	3	0			
5.8	Футбол*	3	0			

	юноши Фитнес (аэробика)* девушки /Тема/					
5.9	техника ведения мяча наружной, внутренней частью стопы и прямым подъемом. Техника передачи мяча внутренней и наружной частью стопы. Техника остановки мяча стопой, голенью, бедром, грудью, головой. Техника обводки игрока. Техника удара по мячу внутренней, прямым подъемом и стопы и головой. Начало игры с центра поля. Пробитие штрафного, свободного, углового ударов. Выбрасывание мяча из-за боковой, построение стенки, спорный мяч. Обучение 1-2 частям аэробики (разминка, аэробная часть, освоение основных базовых шагов). Обучение 3-5 частям аэробики: (заминка, упражнения в партере, заключительная заминка). /Пр/	3	1	ОК 08.	Л1.3 Л1.15Л3.2	
5.10	Общефизическая подготовка /Тема/	3	0			
5.11	Развитие физических качеств: общей выносливости, силовой выносливости; силы, гибкости, быстроты, координированности, скоростно-силовых способностей. /Пр/	3	1	ОК 08.	Л1.13Л3.7	
	Раздел 6. Контрольные занятия					
6.1	Оценка уровня физической и технической подготовленности. /Тема/	3	0			
6.2	Выполнение контрольных упражнений, характеризующих развитие у обучающихся основных физических качеств, двигательных умений	3	1	ОК 08.	Л1.4Л3.8	

	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 /Пр/					
	Раздел 7. Практические занятия					
7.1	Баскетбол /Тема/	3	0			
7.2	Совершенствование тактических взаимодействий: в нападении (индивидуальное, групповое, командное); защите: (индивидуальное, групповое, командное). Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игра по правилам. /Пр/	3	2	ОК 08.	Л1.12Л3.1 4	
7.3	Волейбол /Тема/	3	0			
7.4	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. /Пр/	3	2	ОК 08.	Л1.7Л3.5	
7.5	Легкая атлетика. /Тема/	3	0			

7.6	Прыжки в длину с места или прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги»; метание гранаты весом 500 г (девушки) и 700 г (юноши); /Пр/	3	2	ОК 08.	Л1.6Л3.6	
7.7	Лыжная подготовка /Тема/	3	0			
7.8	элементы тактики лыжных гонок: распределение сил, лидирование, обгон, финиширование и др. Прохождение дистанции до 5 км (девушки) и до 8 км (юноши). Основные элементы тактики в лыжных гонках. /Пр/	3	2	ОК 08.	Л1.11Л3.1 3	
7.9	Футбол* юноши Фитнес (аэробика)* девушки /Тема/	3	0			
7.10	Тактика групповых действий в нападении, защите, полузащите. Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров. Игра по правилам. аэробика, силовые уроки, степ-аэробика, фитбол, слайд-аэробика, пилатес, круговые и интервальные уроки (метод чередования степени интенсивности или метод чередования кардио- и силовой нагрузки). /Пр/	3	1	ОК 08.	Л1.3Л3.10	
7.11	Общефизическая подготовка /Тема/	3	0			
7.12	Развитие физических качеств: общей выносливости, силовой выносливости; силы, гибкости, быстроты, координированности, скоростно-силовых способностей. /Пр/	3	1	ОК 08.	Л1.13Л3.1 2	
	Раздел 8. Контрольные занятия					
8.1	Оценка уровня физической и технической	3	0			

	подготовленности. /Тема/					
8.2	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 /Пр/	3	1	ОК 08.	Л1.10Л3.8	

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	Ильинич В.И., ред.	Физическая культура студента: учебник для вузов	Москва: Гардарики, 1999
Л1.2	Никитушкин В.Г.	Легкая атлетика. Бег на короткие дистанции: программа	Москва: Советский спорт, 2005

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.3	Монаков Г.В.	Подготовка футболистов: теория и практика	Москва: Советский Спорт, 2005
Л1.4	Антонов М.Ф.	Физическая культура: курс лекций по физическому воспитанию для студентов с.-х. вузов	Кострома: КГСХА, 2006
Л1.5	Антонов М.Ф.	Физическая культура: курс лекций: для студентов с.-х. вузов	Кострома: КГСХА, 2010
Л1.6	Якунин Ю.И.	Атлетическая подготовка студентов: учеб.-метод. пособие для студентов 1 - 3 курсов всех спец. очной формы обучения	Кострома: КГСХА, 2011
Л1.7	Губенко Л.Я.	Организация и судейство соревнований по волейболу	Москва: Физкультура и спорт, 1988
Л1.8	Фурманов А.Г., Болдырев Д.М.	Волейбол	Москва: Физкультура и спорт, 1983
Л1.9	Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта	Методика обучения технике и тактике игры в волейбол: метод. рекомендации для студентов 1 - 3 курсов всех специальностей	Кострома: КГСХА, 2012
Л1.10	Решетников Н.В. [и др.]	Физическая культура: учебник для СПО	Москва: Академия, 2014
Л1.11	Кривошеева В. Б.	Лыжная подготовка на занятиях по физической культуре в вузе: элективные курсы по физической культуре	Караваево: Костромская ГСХА, 2017
Л1.12	Кудрякова И. В.	Методика обучения технике и тактике игры в баскетбол: метод. рекомендации по выполнению курсовой работы для студентов 1-3 курсов всех специальностей и направлений подготовки очной, заочной и очно-заочной форм обучения	Караваево: Костромская ГСХА, 2017
Л1.13	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
Л1.14	Кривошеева В. Б.	Общеразвивающие упражнения на занятиях физической культурой: методические рекомендации для самостоятельной работы обучающихся очной и заочной форм обучения всех специальностей и направлений подготовки по дисциплине «Общая физическая подготовка»	Караваево: Костромская ГСХА, 2020
Л1.15	Монаков Г.В.	Подготовка футболистов: теория и практика	Москва: Советский Спорт, 2005

6.1.3. Методические разработки

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л3.1	Дубровский В.И.	Лечебная физическая культура: учебник для вузов	Москва: ВЛАДОС, 2004
Л3.2	Ким Н.К., Дьяконов М.Б.	Фитнес: учебник	Москва: Советский Спорт, 2006
Л3.3	Токмакова О.Н.	Организация самостоятельных занятий оздоровительной направленности: метод. рекомендации для студентов I-II курсов всех специальностей	Кострома: КГСХА, 2009
Л3.4	Железняк Ю.Д., Ивойлов А.В.	Волейбол: учебник для институтов физической культуры	Москва: Физкультура и спорт, 1991
Л3.5	Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта	Методика обучения технике и тактике игры в волейбол: метод. рекомендации для студентов 1 - 3 курсов всех специальностей	Кострома: КГСХА, 2012
Л3.6	Якунин Ю. И.	Подвижные игры на занятиях легкой атлетикой, баскетболом, волейболом, общефизической подготовкой: учебно-методическое пособие для обучающихся 1-3 курсов всех специальностей и всех направлений подготовки очной формы обучения	Караваево: Костромская ГСХА, 2017
Л3.7	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

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
ЛЗ.8	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
ЛЗ.9	Якунин Ю. И.	Подвижные игры на занятиях легкой атлетикой, баскетболом, волейболом, общефизической подготовкой: учебно-методическое пособие для самостоятельных занятий обучающихся 1-2 курсов всех специальностей и всех направлений подготовки очной и заочной форм обучения	Караваево: Костромская ГСХА, 2020
ЛЗ.10	Гилман К. Р.	Фитнес для делового человека: более 50 эффективных упражнений...	Москва: АСТ : Астрель, 2005
ЛЗ.11	Якунин Ю. И.	Легкая атлетика: методические рекомендации для студентов, обучающихся по программам среднего профессионального образования (СПО) всех специальностей очной формы обучения	Караваево: Костромская ГСХА, 2022
ЛЗ.12	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
ЛЗ.13	Кривошеева В. Б.	Лыжная подготовка на занятиях по физической культуре в вузе: элективные курсы по физической культуре	Караваево: Костромская ГСХА, 2017
ЛЗ.14	Кудрякова И. В.	Методика обучения технике и тактике игры в баскетбол: метод. рекомендации по выполнению курсовой работы для студентов 1-3 курсов всех специальностей и направлений подготовки очной, заочной и очно-заочной форм обучения	Караваево: Костромская ГСХА, 2017

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	Единое окно доступа к образовательным ресурсам
6.3.2.2	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 занятий лекционного типа	Актовый зал	стулья, столы, аудиоаппаратура