

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце
ФИО: Дмитриев Николай Николаевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 18.07.2023 04:33:08
Уникальный программный ключ:
f7c6227919e4cdbfb4d7b682991f8553b37cafb

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ИРКУТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
имени А.А. ЕЖЕВСКОГО

Колледж автомобильного транспорта и агротехнологий

Утверждаю
Директор



к.п.н. Бельков Н.Н

«31» марта 2023г.

Рабочая программа дисциплины

БД.06 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Специальность 38.02.01 – Экономика и бухгалтерский учет
(по отраслям)

Форма обучения: очная / заочная
1 курс, 1, 2 семестр / 1 курс (база 9 классов)

Молодежный 2023

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель освоения дисциплины:

– дать студентам теоретические знания и практические навыки по овладению методикой и навыками овладения физической культурой, возможностях их практического применения для самостоятельной разработки и принятия управленческих решений на уровне среднего звена.

Основные задачи освоения дисциплины:

-понимание сущности и значения физической культуры для здорового образа жизни;

-освоение основных методов и специфических приемов физической культуры и применение их на практике.

Результатом освоения дисциплины «БД.06 Физическая культура» обучающимися по специальности 38.02.01 – Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям) является овладение основным видом профессиональной деятельности (ВПД) и соответствующими компетенциями.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Физическая культура» находится в обязательной части цикла общеобразовательных дисциплин учебного плана.

Дисциплина изучается на 1 курсе в 1, 2 семестре (очное обучение), на 1 курсе (заочное обучение, база 9 классов).

3. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

В результате освоения дисциплины обучающийся должен овладеть умениями и знаниям и в целях приобретения следующих компетенций:

| Код | Наименование компетенции (планируемые результаты освоения ОП) | Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенции |
|-------|---|--|
| | Общие компетенции | В области знания и понимания (А) |
| ОК 04 | Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде | Знать: -о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека, -основы здорового образа жизни; Уметь: -организовать собственную деятельность, -выбирать типовые методы и способы |
| ОК 08 | Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе | |

| | |
|---|--|
| профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности | выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество; -принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность; -работать в коллективе и команде. |
|---|--|

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ В ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦАХ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА ЧАСОВ, ВЫДЕЛЕННЫХ НА КОНТАКТНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ (ПО ВИДАМ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ) И НА САМОСТОЯТЕЛЬНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 117 часов

4.1. Объем дисциплины и виды учебной работы:

4.1.1. Очная форма обучения:

1 семестр, вид отчетности – дифференцированный зачет
(по результатам устного опроса);

2 семестр - вид отчетности – дифференцированный
зачет

| Вид учебной работы | Объем часов | 1 семестр | 2 семестр |
|---|-------------|-----------|-----------|
| | всего | | |
| Общая трудоемкость дисциплины | 117 | 53 | 64 |
| Обязательная учебная нагрузка (всего) | 117 | 53 | 64 |
| в том числе: | | | |
| Лекции | - | - | - |
| Практические занятия (ПР) | 117 | 53 | 64 |
| Самостоятельная работа: | | | |
| Самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий, подготовка к практическим занятиям, коллоквиумам, рубежному контролю и т.д.) | | | |
| Промежуточная аттестация: 1 семестр - дифференцированный зачет; 2 семестр - дифференцированный зачета | | | |

4.1.2. Заочная форма обучения:

1 курс - вид отчетности – дифференцированный зачет (база 9 классов);

| Вид учебной работы | Объем часов, всего | Объем часов, курс |
|--|--------------------|-----------------------|
| | | 1 курс база 9 классов |
| Общая трудоемкость дисциплины | 117 | 117 |
| Обязательная учебная нагрузка (всего) | 4 | 4 |
| в том числе: | | |
| Лекции | 2 | 2 |
| Практические занятия (ПР) | 2 | 2 |
| Самостоятельная работа: | 98 | 98 |

| | | |
|---|--|--|
| Самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий, подготовка к практическим занятиям, коллоквиумам, рубежному контролю и т.д.) | | |
| Промежуточная аттестация: 1 курс- зачет; | | |

5. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Содержание дисциплины, структурированное по темам с указанием отведенного на них количества часов

и видов учебных занятий:

5.1.1 Очная форма обучения:

| Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем | Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, | Объём, часов | Уровень освоения |
|---|---|------------------|------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Раздел 1. Теоретическое обучение | 1. Социально-биологические основы физической культуры | - | |
| | Практические занятия | Не предусмотрены | |
| Раздел 2. Лабораторно-практические занятия | | 117 | |
| Тема 1. Легкая атлетика | Практические занятия | 26 | |
| | 1. Инструктаж по технике безопасности и охране труда на занятиях физической культурой и спортом. Разучивание приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений. Разучивание приемов самоконтроля в процессе занятий физическими упражнениями. | 2 | |
| | 2. Обучение технике ходьбы и бега. Организация проведения и правила соревнований по л/атлетике. | 4 | |
| | 3. Обучение технике ходьбы и бега. Организация проведения и правила соревнований по л/атлетике. | 2 | |
| | 4. Основы техники метаний и прыжков. Обучение технике бега на средние и длинные дистанции. Обучение технике бега со старта и финиширования. | 2 | |
| | 5. Основы техники метаний и прыжков. Обучение технике бега на средние и длинные дистанции. Обучение технике бега со старта и финиширования. | 2 | |
| | 6. Обучение спортивной ходьбе. Кроссовая подготовка. Бег на 1000 м (для девушек), на 2000 м (для юношей). | 2 | |
| | 7. Кроссовая подготовка. Бег на 1000 м (для девушек), на 2000 м (для юношей). | 2 | |

| | | | |
|--|-----------------------------|---|----|
| | 8. | Совершенствование основ техники легкоатлетических видов и упражнений. Совершенствование техники бега на средние и длинные дистанции. | 2 |
| | 9. | Совершенствование техники спортивной ходьбы. Совершенствование бега на короткие дистанции. Стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование. | 2 |
| | 10. | Совершенствование бега на средние и длинные дистанции. Обучение технике бега со старта (стартового ускорения) и финиширования. Техника эстафетного бега. | 2 |
| | 11. | Совершенствование техники спортивной ходьбы. Совершенствование бега на короткие дистанции. Стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование. | 2 |
| | 12. | Основы техники прыжков с разбега. Совершенствование основ техники легкоатлетических видов и упражнений. | 2 |
| | 13. | Основы техники эстафетного бега. Совершенствование техники бега и передачи эстафетной палочки в эстафете. | 2 |
| | | Самостоятельная работа обучающихся: Самостоятельные занятия в форме занятий в секциях по видам спорта, группах ОФП; подготовка сообщений, рефератов, докладов; подготовка к практическим занятиям. | 12 |
| Тема 2. Общая физическая подготовка | Практические занятия | | 32 |
| | 1. | Совершенствование силовых способностей (выполнение комплекса упражнений с применением отягощений, упражнения с преодолением веса собственного тела). | 2 |
| | 2. | Выполнение упражнений на развитие силы основных мышечных групп на силовых тренажерах. | 2 |
| | 3. | Развитие скоростной выносливости. Упражнения на скоростную выносливость. | 2 |
| | 4. | Выносливость. Виды выносливости и их характеристика. Развитие выносливости. | 2 |
| | 5. | Кроссовая подготовка. Бег 2000,3000м. | 2 |
| | 6. | Совершенствование координационных способностей. Ловкость как комплексное проявление координационных способностей. | 2 |
| | 7. | Совершенствование координационных способностей. Ловкость как комплексное проявление координационных способностей. | 2 |
| | 8. | Развитие и совершенствование физических качеств с помощью спортивных игр. | 2 |
| | 9. | Развитие и совершенствование физических качеств с помощью спортивных игр. | 2 |
| | 10. | Гибкость и методика её совершенствования. Виды гибкости. Развитие гибкости. | 2 |
| | 11. | Выполнение упражнений на развитие силы основных мышечных групп на силовых тренажерах. | 2 |
| | 12. | Развитие и совершенствование физических качеств с помощью спортивных игр. | 2 |
| | 13. | Совершенствование силовых способностей (выполнение комплекса упражнений с применением отягощений, упражнения с преодолением веса собственного тела). | 2 |
| | 14. | Совершенствование координационных способностей. | 2 |

| | | | |
|------------------------------------|-----|--|----|
| | | Ловкость как комплексное проявление координационных способностей. | |
| | 15. | Развитие и совершенствование физических качеств с помощью спортивных игр. | 2 |
| | | Самостоятельная работа обучающихся: Самостоятельные занятия в форме занятий в секциях по видам спорта, группах ОФП; подготовка сообщений, рефератов, докладов; подготовка к практическим занятиям. | 12 |
| Тема 3. Спортивные игры | | Практические занятия | 35 |
| | 1. | Баскетбол. Совершенствование технической подготовки: техники нападения (техники передвижения, техники владения мячом, техники бросков мяча в корзину), техники защиты (техника передвижения, техника овладения мячом). | 2 |
| | 2. | Правила игры и судейства. Выполнение основных технических и тактических приемов игры, умение вести двустороннюю игру с соблюдением правил. | 2 |
| | 3. | Совершенствование тактической подготовки: тактики нападения (индивидуальные, групповые, командные действия), тактики защиты (индивидуальные, групповые, командные действия). | 2 |
| | 4. | Приемы игры в нападении и защите. Нормативы по технике игры. Контрольные игры и соревнования. | 2 |
| | 5. | Совершенствование технической подготовки: техники нападения (техники передвижения, техники владения мячом, техники бросков мяча в корзину), техники защиты (техника передвижения, техника овладения мячом). Двухсторонние игры. | 2 |
| | 6. | Совершенствование технической подготовки. Двухсторонние игры. | 2 |
| | 7. | Волейбол. Обучение технической подготовки: техники нападения (действия без мяча, действия с мячом), техники защиты (действия без мяча, действия с мячом). | 2 |
| | 8. | Обучение блокированию в волейболе. Совершенствование технической подготовки | 2 |
| | 9. | Совершенствование тактической подготовки: тактики нападения (индивидуальные, групповые командные действия), тактики защиты (индивидуальные, групповые командные действия). | 2 |
| | 10. | Интегральная подготовка. Приемы игры в нападении и защите. Правила игры и судейства. | 2 |
| | 11. | Совершенствование основных технических и тактических приемов игры: передача мяча двумя руками сверху, прием снизу, прямой нападающий удар, подача нижняя и верхняя прямая. | 2 |
| | 12. | Совершенствование технической подготовки: техники нападения (действия без мяча, действия с мячом), техники защиты (действия без мяча, действия с мячом), | 2 |
| | 13. | Совершенствование умения вести двустороннюю игру с соблюдением правил. Контрольные игры и соревнования. | 2 |
| | 14. | Совершенствование основных технических и тактических приемов игры: передача мяча двумя руками сверху, прием снизу, прямой нападающий удар, подача нижняя и верхняя | 2 |

| | | | |
|---|---|---|------------|
| | | прямая. Контрольные игры. | |
| | 15. | Футбол. Техника ударов по мячу, остановки мяча, ведения мяча. | 2 |
| | 16. | Правила игры и судейства. | 2 |
| | 17. | Совершенствование технической подготовки: техники защиты, техники игры вратаря и тактической подготовки: тактики игры в нападении, тактики игры в защите, тактики игры вратаря. | 3 |
| | Самостоятельная работа обучающихся: Самостоятельные занятия в форме занятий в секциях по видам спорта, группах ОФП; подготовка сообщений, рефератов, докладов; подготовка к практическим занятиям. | | 29 |
| Тема 4. Лыжные гонки | Практические занятия | | 14 |
| | 1. | Выбор лыж, палок, снаряжения; посадка лыжника. Ходьба на лыжах: повороты на месте, строевые упражнения с лыжами и на лыжах; имитационные упражнения. Обучение технике передвижения на лыжах различными ходами; способы подъемов и торможений; стойка при спусках. | 2 |
| | 2. | Обучение технике передвижения на лыжах различными ходами. | 2 |
| | 3. | Обучение технике передвижения на лыжах различными ходами; способы подъемов и торможений; стойка при спусках. | 2 |
| | 4. | Прохождение дистанции 5000 м. (юноши), 3000м. (девушки) на время. | 2 |
| | 5. | Совершенствование техники передвижения на лыжах различными ходами; способы подъемов и торможений; стойка при спусках. | 2 |
| | 6. | Прохождение дистанции 5000 м. (юноши), 3000м. (девушки) на время. | 2 |
| | 7. | Совершенствование ходьбы на лыжах: повороты на месте, строевые упражнения с лыжами и на лыжах; имитационные упражнения. Обучение технике передвижения на лыжах различными ходами; способы подъемов и торможений; стойка при спусках. | 2 |
| | Самостоятельная работа обучающихся: Самостоятельные занятия в форме занятий в секциях по видам спорта, группах ОФП; подготовка сообщений, рефератов, докладов; подготовка к практическим занятиям. | | 12 |
| Тема 5. Методико-практические работы, сдача контрольных нормативов | Практические занятия | | 10 |
| | 1. | Методика составления индивидуальных программ физического самовоспитания и занятий с оздоровительной, рекреационной и восстановительной направленностью | 2 |
| | 2. | Методика самоконтроля состояния здоровья и физического развития | 2 |
| | 3. | Легкая атлетика (кросс, бег 100м, челночный бег) | 2 |
| | 4. | Силовая подготовка (пресс, отжимания, подтягивания) | 2 |
| | 5. | Прыжки в длину с места, с разбега | 2 |
| 1, 2 семестр - дифференцированный зачет | | | |
| ИТОГО | | | 182 |

Для характеристики уровня освоения учебного материала

используются следующие обозначения:

1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
- 3.- продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

5.2 Содержание дисциплины, структурированное по темам с указанием отведенного на них количества часов и видов учебных занятий:

5.2.1 Заочная форма обучения:

| Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем | Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, | Объём, часов | Уровень освоения |
|---|--|--------------|------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Раздел 1. Теоретическое обучение | Социально-биологические основы физической культуры | 2 | |
| Раздел 2. Лабораторно-практические занятия | Методика составления индивидуальных программ физического самовоспитания и занятий с оздоровительной, рекреационной и восстановительной направленностью | 2 | |
| Раздел 3. Самостоятельная работа обучающегося | Самостоятельные занятия в форме занятий в секциях по видам спорта, группах ОФП; подготовка сообщений, рефератов, докладов; подготовка к практическим занятиям. | 178 | |
| 1 курс - дифференцированный зачет | | | |
| ИТОГО | | 182 | |

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

- 1 – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
- 2 – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
- 3 – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины:

6.1.1 Основная литература

1. Физическая культура в вузе: учебно-методическое пособие. [Электронный ресурс] / О.В. Загородняя, М. В. Малютина, В. И. Соболева .— Оренбург : ФГБОУ ВПО Оренбургский государственный аграрный университет, 2016 .— 84 с. — ISBN 978-5-88838-951-5 .— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/376984>

2. Небытова, Л. А. Физическая культура : учебное пособие [Электронный ресурс] / М. В. Катренко, Н. И. Соколова, Л. А. Небытова .— Ставрополь : изд-во СКФУ, 2017 .— 269 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/642436>

6.1.2. Дополнительная литература

1. Ракоца А.И. Эффективность методики учебно-тренировочного процесса спортсменов полиатлонистов с использованием контроля их функционального состояния [Электронный ресурс] : учеб. пособие для высш. и сред. учеб. заведений / А. И. Ракоца, В. А. Бомин ; Иркут. гос. аграр. ун-т им. А. А. Ежевского, Иркут. гос. мед. ун-т. - Электрон. текстовые дан. - Иркутск : Мегапринт, 2017. - 113 с. - (Электронная библиотека ИрГАУ). - Загл. с титул. экрана. - Библиогр.: с. 89-110. - Б. ц.

2. Нестерец О.Ю. Особенности занятий лечебной физической культурой [Электронный ресурс] : учеб. пособие для вузов / О. Ю. Нестерец, В. А. Бомин, А. И. Ракоца ; Иркут. гос. аграр. ун-т им. А. А. Ежевского. - Электрон. текстовые дан. - Иркутск : Мегапринт, 2018. - 97 с. : ил. - (Электронная библиотека ИрГАУ). - Загл. с титул. экрана. - Библиогр.: с. 92-97. - Б. ц.

3. Бомин В.А. Физическая культура и спорт [Электронный ресурс] : учеб. пособие для методико-практ. самостоятельной работы студентов / В. А. Бомин [и др.] ; Иркут. гос. аграр. ун-т им. А. А. Ежевского. - Электрон. текстовые дан. - Иркутск : Изд-во ИрГАУ, 2019. - 141 с. - (Электронная библиотека ИрГАУ). - Загл. с титул. экрана. - Библиогр.: с. 135-141. - Б. ц.

4. Бомин В.А. Элективные курсы по физической культуре [Электронный ресурс] : учеб. пособие для методико-практ. самостоятельной работы студентов / В. А. Бомин [и др.] ; Иркут. гос. аграр. ун-т им. А. А. Ежевского. - Электрон. текстовые дан. - Иркутск : Изд-во ИрГАУ, 2019. - 56 с. - (Электронная библиотека ИрГАУ). - Загл. с титул. экрана. - Библиогр.: с. 50-56. - Б. ц.

5. Бомин В.А. Организация занятий физической культурой и спортом студентов [Электронный ресурс] : учеб. пособие для вузов и сред. учеб. заведений / В. А. Бомин, А. И. Ракоца, А. И. Трегуб ; Иркут. гос. аграр. ун-т им. А. А. Ежевского. - Электрон. текстовые дан. - Иркутск : Изд-во ИрГАУ, 2019. - 322 с. : ил. - (Электронная библиотека ИрГАУ). - Загл. с титул. экрана. - Библиогр.: с. 316-322. - Б. ц.

6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети Интернет, необходимых для освоения дисциплины:

| Наименование программного обеспечения | Договор №, дата, организация |
|--|---|
| Лицензионное программное обеспечение | |
| Microsoft Windows 7 | Акт на передачу прав Н-0005792 от 08.06.2011 года |
| Microsoft Office 2010 | |
| Kaspersky Business Space Security Russian Edition | |
| Свободно распространяемое программное обеспечение | |
| LibreOffice 6.3.3 | |
| Adobe Acrobat Reader | |
| Mozilla Firefox 83.x | |

| | | |
|--|---------------------|--|
| | Opera 72.x | |
| | Google Chrome 86.x. | |

6.3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине:

1. Татаринов, В. И. Настольный теннис. Правила игры [Электронный ресурс]. / В. И. Татаринов.- 2013.- 41 с.- Электрон. текстовые дан. // Руконт: электронно-библиотечная система.- Режим доступа: <http://rucont.ru/efd/208289?cldren=0>

2. Топография [Электронный ресурс]: методические рекомендации для студентов очной и заочной форм обучения по курсам «Спортивное ориентирование» и «Туризм» / А.А. Головкина, Е.Н. Червякова.- Шуя: ФГБОУ ВПО «ШГПУ», 2009.- 32 с.- Электрон. текстовые дан. // Руконт: электронно-библиотечная система.- Режим доступа: <http://rucont.ru/efd/208637?cldren=0>

3. Физическая культура. Раздел: Русская лапта [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / М. Е. Погадаев, В. В. Плотников .- Уфа: УГАЭС, 2009.- 44 с.- Электрон. текстовые дан. // Руконт: электронно-библиотечная система.- Режим доступа: <http://rucont.ru/efd/143811?cldren=0>

4. Физическая реабилитация [Электронный ресурс] : Методические рекомендации для подготовки к семинарским и практическим занятиям и для самостоятельного изучения дисциплины по специальности 032103.65 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм». - М.: РГУФКСМиТ, 2012.- 46 с.- Электрон. текстовые дан. // Руконт: электронно-библиотечная система.- Режим доступа: <http://rucont.ru/efd/202923?cldren=0>

7. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

| № п/п | Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий и др. объектов для проведения учебных занятий | Основное оборудование | Форма использования |
|-------|---|---|--|
| 1. | Ауд. 319 Спортивный зал | Специализированная мебель: стол преподавателя - 1 шт., стулья - 3 шт., Технические средства обучения: Мультимедийный проектор Optoma X302, ноутбук Asus P55VA, экран на треноге, дорожка беговая AeroFit, велотренажер КРТ вертикальный, магнитный B22300-С, велоэллипсод Larsen FB1032М, тренажер эллиптический Ketler Vito M, Бенч КРТ, мячи (волейбольные, баскетбольные, футбольные), табло настенное, щит баскетбольный, стойка волейбольная Список ПО на компьютере: Microsoft | Учебная аудитория для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации. |

| | | | |
|----|---|--|---|
| | | Windows 7, Microsoft Office 2010, Kaspersky Business Space Security Russian Edition, LibreOffice 6.3.3, Adobe Acrobat Reader, Mozilla Firefox 83.x, Opera 72.x, Google Chrome 86.x. | |
| 2. | Ауд.119 Спортивный зал | Специализированная мебель: парта ученическая - 1 шт., Технические средства обучения: Борцовские ковры, мешок боксерский, груша резиновая, маты гимнастические. | Учебная аудитория для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации. |
| 3. | Ауд. 120 Спортивный зал | Специализированная мебель: парта ученическая - 1 шт., Технические средства обучения: Силовые тренажеры, тренажер многофункциональный Body Solyd, подставка для штанги, гантели, гриф для штанги, гири, грифы гантельные, диски обрезиненные. | Учебная аудитория для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации. |
| 4. | Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий | Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий. Поле футбольное, сетка футбольная, место для стрельбы. | Практические занятия |
| 5. | Аудитория 303 | Специализированная мебель: Стол - 11 шт.; Стул - 11 шт. Технические средства обучения: 11 персональных компьютеров подключенных к сети "Интернет" и доступом в электронную информационно-образовательную среду ФГБОУ ВО Иркутского ГАУ и электронно-библиотечную систему (электронной библиотеки); сканер CanoScan LIDE 110 - 2 шт.; Принтер HP Lazer Jet P 2055 - 1 шт.; Принтер HP Lazer Jet M 1132 MFP - 1 шт. Список ПО на компьютере: Microsoft Windows 7, Microsoft Office 2010, Kaspersky Business Space Security Russian Edition, LibreOffice 6.3.3, Adobe Acrobat Reader, Mozilla Firefox 83.x, Opera 72.x, Google Chrome 86.x. | Аудитория для проведения консультационных и самостоятельных занятий; занятий семинарского типа, индивидуальных консультаций, курсового проектирования (выполнения курсовых работ) |

8. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, выполнения обучающимися индивидуальных заданий и тестирования.

| Результаты обучения (освоенные умения и знания) | Формы и методы контроля и оценки результатов обучения |
|--|--|
| <p>Знать: -о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека, -основы здорового образа жизни;</p> | <p>Выполнение и оценка результатов практических занятий. Защита отчетов по практическим работам. Решение вариативных задач и упражнений.</p> <p>Проверка и оценка самостоятельных работ и конспектов по темам. Оценка работы с программными продуктами. Оценка результатов тестирования.</p> |
| <p>Уметь: -организовать собственную деятельность, -выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество; -уметь принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность; -работать в коллективе и команде.</p> | |
| <p>- знать о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека, основы здорового образа жизни; уметь принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность</p> | <p>Оценка устных и письменных индивидуальных ответов обучаемых.</p> |

Формы, методы контроля и оценки результатов обучения должны позволять проверять у обучающихся сформированность профессиональных и общих компетенций, обеспечивающих их умения.

| Результаты (освоенные общие компетенции) | Основные показатели результатов подготовки | Формы и методы контроля и оценки |
|---|--|---|
| <p>Уметь: организовать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество; уметь принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них</p> | <p>- использование средств и методов физической культуры, формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом для полноценной социальной и профессиональной деятельности;</p> | <p>Текущий контроль: - тестовое задание - контрольные нормативы - методико-практические работы</p> <p>Промежуточный контроль: дифференцированный зачет.</p> |

| | | |
|--|---|---|
| <p>ответственность; работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.</p> | | |
| <p>знать о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека, основы здорового образа жизни; уметь принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность</p> | <p>понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности; - знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни; - формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом</p> | <p>Текущий контроль: - тестовое задание -контрольные нормативы -методико-практические работы</p> <p>Промежуточный контроль: дифференцированный зачет.</p> |
| <p>вести здоровый образ жизни, применять спортивно-оздоровительные методы и средства для коррекции физического развития и телосложения; работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.</p> | <p>организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. - вести здоровый образ жизни, применять спортивно-оздоровительные методы и средства для коррекции физического развития и телосложения. - работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями</p> | <p>Текущий контроль: - тестовое задание -контрольные нормативы -методико-практические работы</p> <p>Промежуточный контроль: 1 семестр – зачет; 2 семестр - дифференцированный зачет.</p> |

Рабочая программа составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования (ФГОС СПО) по специальности 38.02.01 – Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)

Программу составила преподаватель:



преподаватель Балитова Елизавета Ильинична
ФИО, ученая степень, звание, должность

Программа одобрена на заседании предметно-цикловой комиссии социально-экономических дисциплин

протокол № 8 от «29» марта 2023 г.

Председатель ПЦК



(подпись)

И.В. Юдина

(И.О. Фамилия)

Программа рассмотрена и рекомендована к утверждению внешним экспертом

Доцент кафедры физической культуры и спорта
должность, звание, квалификационная категория)



Бомин В.А.
(Ф.И.О.)