

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

«МИЧУРИНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Центр-колледж прикладных квалификаций

УТВЕРЖДЕНА  
решением учебно-методического  
совета университета  
(протокол от 18 апреля 2024 г. № 8)

УТВЕРЖДАЮ  
Председатель учебно-методического  
совета университета  
С.В. Соловьёв  
«18» апреля 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОГСЭ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

Специальность 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)

Мичуринск - 2024

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	стр. 3
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	4
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	15
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	16

# **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

## **1.1. Область применения программы**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям).

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании и профессиональной подготовке работников при наличии среднего общего образования.

## **1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

Учебная дисциплина Физическая культура является обязательной дисциплиной общего гуманитарного и социально-экономического цикла, устанавливающей базовые знания, необходимые для получения профессиональных умений и навыков.

Знания, полученные при изучении данной дисциплины, будут использованы при изучении общепрофессиональных дисциплин и профессиональных модулей.

## **1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:**

В результате освоения дисциплины обучающийся должен 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;
- номенклатуру информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности;
- приемы структурирования информации;
- формат оформления результатов поиска информации содержание актуальной нормативно-правовой документации;
- современную научную и профессиональную терминологию;
- возможные траектории профессионального развития и самообразования;
- психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности;
- основы проектной деятельности особенности социального и культурного контекста;
- правила оформления документов и построения устных сообщений;
- грамотное изложение своих мыслей и оформление документов по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе
- современные средства и устройства информатизации;
- порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности;
- правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы;
- основные общеупотребительные глаголы (бытовая и профессиональная лексика);
- лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности;
- особенности произношения;

правила чтения текстов профессиональной направленности;  
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.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен 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;
- определить необходимые ресурсы;
- владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах;
- реализовать составленный план;
- оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника) определять задачи для поиска информации;
- определять необходимые источники информации;
- планировать процесс поиска;
- структурировать получаемую информацию;
- выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска;
- оформлять результаты поиска;
- определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности;
- применять современную научную профессиональную терминологию;
- определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования
- организовывать работу коллектива и команды;
- взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности;
- грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе;
- описывать значимость своей специальности;
- применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач;
- использовать современное программное обеспечение;
- понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы;
- участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы;
- строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности;
- кратко обосновывать и объяснить свои действия (текущие и планируемые);
- писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы;
- 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.

Формируемые компетенции:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде

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

#### **1.4. Рекомендуемое количество ак.часов на освоение программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 320 ак.часов, в том числе:

самостоятельной работы обучающегося 160 ак. часов.

## **2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем ак.часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<i>320</i>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<i>160</i>
в том числе:	
лекции, уроки	<i>4</i>
практические занятия	<i>156</i>
лабораторные занятия	-
контрольные работы	-
семинары	-
курсовая работа (проект)	-
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<i>160</i>
в том числе:	
внеаудиторная самостоятельная работа	-
консультации	-
Итоговая аттестация в форме зачета	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Физическая культура»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем ак. часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Легкая атлетика			
Тема 1.1. Основы здорового образа жизни.	<b>Содержание учебного материала</b>		1
	Здоровье человека, его ценность и значимость для профессионала. Взаимосвязь общей культуры обучающихся и их образа жизни.	2	1
	<b>Самостоятельная работа обучающегося</b>		
	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. Вводная и производственная гимнастика. Гигиенические средства оздоровления и управления работоспособностью: закаливание, личная гигиена, гидропроцедуры, бани, массаж. Материнство и валеология. Профилактика профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания.	32	
Тема 1. 2. Техника бега на короткие дистанции	<b>Практическое занятие</b>		2
	Техника низкого старта в беге на короткие дистанции.	8	
	Развитие скоростной выносливости.		
	Развитие скоростно-силовых качеств	8	
	Правила соревнований в беге на короткие дистанции		
	Описание техники прыжка в длину способом «согнув ноги». Разбег, отталкивание, полет, приземление. Выполнение подводящих упражнений.	8	
Достижение наших спортсменов в соревнованиях различных масштабов. Подводящие упражнения, выполнение прыжка с различного разбега.			
Подготовить комплекс ОРУ на растягивание			

		Знакомство с правилами судейства соревнований в прыжках в длину способом «согнув ноги»		
<b>Тема 1. 3.</b> Техника метания гранаты	<b>Практическое занятие</b>			2
		Описание техники метания гранаты. Исходное положение, положение замаха левым боком, положение натянутого лука, бросок. Имитация на месте.	8	
		Выполнение двигательного действия с места, с разбега.		
		Имитация техники метания гранаты: исходное положение, положение натянутого лука		
		Имитация техники метания гранаты: положение замаха левым боком, метание в целом		
<b>Тема 1. 4.</b> Техника бега на средние и длинные дистанции	<b>Практическое занятие</b>		2	3
		Современное развитие бега на средние и длинные дистанции. Классификация соревнований.		
		Техника бега на средние дистанции. Повторный бег.		
		Техника бега на длинные дистанции. Развитие выносливости: кроссовая подготовка.		
		Знакомство с правилами судейства соревнований в беге на длинные дистанции		
		Развитие выносливости		
<b>Тема 1. 5.</b> Техника эстафетного бега	<b>Практическое занятие</b>			2
		Описание техники эстафетного бега. Подводящие упражнения	8	
		Бег по этапам, по повороту, способы передачи эстафетной палочки		
		Знакомство с правилами судейства эстафетного бега.		
		Имитация передачи эстафетной палочки		
<b>Тема 1. 6.</b> Совершенствование техники бега на короткие дистанции	<b>Практическое занятие</b>		2	3
		Ускорение из различных положений.		
		Кроссовая подготовка. Развитие выносливости.		
		ОФП: сгибание разгибание рук в упоре лежа, поднятие туловища из положения лежа.		
<b>Тема 1.8</b> Совершенствование техники бега на средние и длинные дистанции	<b>Содержание учебного материала:</b>		2	2
		Кроссовая подготовка. Развитие выносливости. Специальные беговые упражнения: бег с высоким подниманием бедра, с захлестыванием голени, прыжки с ноги на ногу.		
<b>Тема 1. 9.</b> Совершенствование	<b>Практическое занятие</b>			1
		Подводящие упражнения. Выполнение прыжка с места, с разбега.	4	

техники прыжка в длину способом «согнув ноги».		ОФП: прыжки в группировку, поднимание туловища из положения ноги вверх		
<b>Тема 1. 10.</b> Сдача контрольных нормативов	<b>Практическое занятие</b>			2
		Бег 100 м. Бег на средние дистанции 500(1000)м. Бег на длинные дистанции 2000 (3000) метров Техника метание гранаты, прыжок в длину способом «согнув ноги»	8	
		Техника бега на короткие дистанции. Бег 100 м.		
		Специальные беговые упражнения: прыжки в шаге через шаг, ускорение ОФП: подтягивание на низкой (высокой) перекладине, подъем переворотом.		
<b>Раздел 2. Гимнастика</b>				
<b>Тема 2. 1.</b> Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями	<b>Практическое занятие</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. Подготовить комплекс ОРУ в парах	16	2
<b>Тема 2. 2.</b> Техника кувырков назад, вперед, в полушпагат.	<b>Практическое занятие</b>			2
		Описание техники кувырка назад, вперед. ОРУ. Подводящие упражнения.	6	
		Выполнение положения группировки, перекатов назад вперед. Выполнения кувырков в целом. ОФП: сгибание разгибание рук в упоре лежа, поднимание туловища из положения лежа.		
<b>Тема 2. 3.</b> Техника переворота боком.	<b>Практическое занятие</b>			2
		Описание техники переворота боком. ОРУ. Выполнение упражнения в целом	4	
		Подготовить комплекс ОРУ для мышц шеи		
<b>Тема 2. 4</b> Техника стойки кувырка	<b>Практическое занятие</b>			2
		Описание техники стойки кувырка. ОРУ. Подводящие упражнения.	6	
		Выполнение упражнения в целом		



		Совершенствовать стойку на руках у стены Развитие гибкости		
<b>Тема 2. 5.</b> Комбинация вольных упражнений	<b>Практическое занятие</b>			2
		Комбинацию вольных упражнений: равновесие на правой (левой) ноге, кувырок вперед, пережат назад в стойку на лопатках, мост, кувырок назад, вскок прогнувшись. Для юношей: равновесие на правой (левой) ноге, падение согнуть ноги правую вверх, упор лежа, согнуть руки левую вверх, стойка на голове, кувырок вперед, кувырок назад, вскок прогнувшись.	12	
		Комбинацию вольных упражнений: равновесие на правой (левой) ноге, кувырок вперед, пережат назад в стойку на лопатках, мост, кувырок назад, вскок прогнувшись. Для юношей: равновесие на правой (левой) ноге, падение согнуть ноги правую вверх, упор лежа, согнуть руки левую вверх, стойка на голове, кувырок вперед, кувырок назад, вскок прогнувшись.		
		Совершенствование техники изученных элементов Развитие гибкости. Упражнения на растяжку. Знакомство с правилами судейства соревнований на коне		
<b>Тема 2. 6.</b> Сдача контрольных нормативов.	<b>Практическое занятие</b>			2
		Комбинацию вольных упражнений: равновесие на правой (левой) ноге, кувырок вперед, пережат назад в стойку на лопатках, мост, кувырок назад, вскок прогнувшись. Для юношей: : равновесие на правой (левой) ноге, падение согнуть ноги правую вверх, упор лежа, согнуть руки левую вверх, стойка на голове, кувырок вперед, кувырок назад, вскок прогнувшись.	10	
		Общая физическая подготовка. Девушки: сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, поднятие туловища из положения лежа Юноши: сгибание разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, подтягивание		
		Подготовить комплекс ОРУ для плечевого пояса Закрепить равновесие на правой (левой) ноге		
<b>Раздел 3. Спортивные игры</b>				
	<b>Самостоятельная работа обучающегося</b>		24	

<b>Тема 3.1.</b> Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом. Контроль уровня совершенствования профессионально важных психофизиологических качеств	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. Контроль (тестирование) уровня совершенствования профессионально важных психофизиологических качеств.		
	<b>Практическое занятие</b> Имитация техники ведения мяча	2	2
<b>Тема 3.2.</b> Техника передачи мяча	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		
	Описание техники передач мяча от груди двумя руками, изза головы двумя руками, с отскоком от пола, передачи левой правой. Подводящие упражнения.	14	
	Имитация техники передач мяча от груди двумя руками		
<b>Тема 3.3.</b> Техника бросков по кольцу	<b>Практическое занятие</b>		3
	Броски по кольцу в движении, прыжком	4	
	Имитация техники броска		
<b>Тема 3.4.</b> Приемы овладения мячом	<b>Практическое занятие</b>		2
	Техника выбивания и вырывания мяча.	2	
	ОФП: сгибание разгибание рук в упоре лежа, поднятие туловища из положения лежа.		
<b>Тема 3.5</b> Приемы техники защиты	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		
	Техника перехвата мяча	36	
	Совершенствование техники перехвата мяча		
	Развитие прыжковых качеств		
	Подготовить комплекс ОРУ для плечевого пояса		
<b>Тема 3.6.</b> Тактика нападения	<b>Практическое занятие</b>		2
	Быстрый прорыв, прессинг, позиционное нападение	2	
	Развитие скоростной выносливости		
<b>Тема 3.7.</b> Тактика защиты	<b>Практическое занятие</b>		2
	Стойка защитника, защита без мяча, помощь своей команде	2	

		ОФП: подтягивание на низкой (высокой) перекладине, подъем переворотом		
<b>Тема 3.8.</b> Сдача контрольных нормативов	<b>Практическое занятие</b>			3
		Броски в кольцо со штрафной линии	6	
		Передачи в парах		
		Специальные беговые упражнения		
		ОФП: подтягивание на низкой (высокой) перекладине, подъем переворотом		
<b>Тема 3.9.</b> Техника подачи мяча: верхняя прямая	<b>Практическое занятие</b>			2
		Описание техники подачи верхней прямой, нижней боковой	2	
		Имитация техники нижней прямой подачи мяча		
<b>Тема 3.10.</b> Техника передачи мяча сверху	<b>Практическое занятие</b>			2
		Описание техники передачи мяча. Подводящие упражнения	2	
		Имитация техники передачи мяча сверху		
<b>Тема 3.11.</b> Техника нападающего удара	<b>Практическое занятие</b>			2
		Описание техники нападающего удара: разбег – напрыгивание – прыжок – вынос рук – удар	2	
		Имитация техники нападающего удара	2	
<b>Тема 3.12.</b> Тактика нападения	<b>Практическое занятие</b>			2
		Индивидуальные действия	2	
		Имитация техники верхней прямой подачи мяча		
<b>Тема 3.13.</b> Техника приема мяча снизу двумя руками	<b>Практическое занятие</b>			2
		Описание техники приема мяча снизу двумя руками	2	
		Имитация приема мяча		
<b>Тема 3.14.</b> Сдача контрольных нормативов.	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		24	
		Подачи мяча. Нижняя прямая.		
		Подачи мяча. Верхняя прямая		
		Знакомство с правилами судейства соревнований по волейболу		
		СФП волейболистов		
<b>Раздел 4.</b> Лыжная подготовка				
<b>Тема 4.1.</b>		<b>Самостоятельная работа обучающегося</b>	12	

Психофизиологические основы учебного и производственного труда.		Психофизиологическая характеристика будущей производственной деятельности и учебного труда обучающихся учреждений НПО и СПО. Динамика работоспособности обучающихся в учебном году и факторы, ее определяющие. Основные причины изменения общего состояния обучающихся в период экзаменационной сессии.. Техника безопасности. Знакомство с правилами судейства соревнований		1
	<b>Тема 4.2.</b> Техника попеременного двухшажного хода	<b>Практическое занятие</b>	2	2
		Описание техники попеременного двухшажного хода. Подводящие упражнения. Строевые упражнения на лыжах		
	История развития классическихходов			
<b>Тема 4.3.</b> Техника одновременного одношажного хода. Стартовый вариант	<b>Практическое занятие</b>		2	2
		Описание техники одновременного одношажного хода. Подводящие упражнения одновременного одношажного хода. Строевые упражнения на лыжах		
		Имитация техники одновременного одношажного хода(стартовый вариант).		
<b>Тема 4.4</b> Техника одновременного одношажного хода. Основной вариант.	<b>Практическое занятие</b>		2	3
		Описание техники одновременного бесшажного хода. Подводящие упражнения. Строевые упражнения на лыжах		
		История развития классических ходов		
<b>Тема 4.5.</b> Техника поворотов на месте	<b>Практическое занятие</b>		2	3
		Описание техники поворотов на месте. Подводящие упражнения. Строевые упражнения на лыжах		
		Имитация поворотов на месте		
<b>Тема 4.6.</b> Техника подъема «елочкой»	<b>Практическое занятие</b>		2	2
		Описание техники подъема «елочкой». Подводящие упражнения. Строевые упражнения на лыжах		
		Имитация техники подъемов		
<b>Тема 4.7.</b> Техника попеременного четырехшажного хода	<b>Практическое занятие</b>		2	2
		Описание техники попеременного четырехшажного хода. Подводящие упражнения. Строевые упражнения на лыжах. Повороты на лыжах.		

	Развитие выносливости		
<b>Тема 4.8.</b> Техника торможения «плугом»	<b>Практическое занятие</b>	2	2
	Описание техники торможения «плугом». Строевые упражнения на лыжах. Повороты на лыжах.		
	ОФП: сгибание разгибание рук в упоре лежа, поднимание туловища из положения лежа.		
<b>Тема 4.9.</b> Техника классических ходов	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	18	
	Описание техники классических ходов		
	Совершенствование техники классических ходов		
	Имитация техники попеременного четырехшажного хода		
	ОФП: прыжки в группировку, поднимание туловища из положения ноги вверху		
<b>Тема 4.10.</b> Сдача контрольных нормативов	<b>Практическое занятие</b>	10	2
	Техника классических ходов		
	Техника классических ходов		
	Бег на лыжах 3000м (5000) метров		
	ОФП: подтягивание на низкой (высокой) перекладине, подъем переворотом		
	Развитие выносливости		
<b>Всего:</b>		320	

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)

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация рабочей программы учебной дисциплины «Физическая культура» требует наличия спортивного зала, № 15/6

Оснащенность:

- 1.Беговая дорожка BRUMER
  - 2.Маты
  - 3.Ковры
  - 4.Велотренажер Stingrey
  - 5.Тренажеры
  - 6.Мячи
  - 7.Обручи
  - 8.Гантели
  - 9.Баскетбольное кольцо
  - 10.Фитбол
  - 11.Скакалки
  - 12.Спортивный комплекс
- Спортивный зал № 15/45

Оснащенность:

- 1.Параллельные брусья
- 2.Брусья гимнастические женские на растяжках
- 3.Перекладина гимнастическая АТЛЕТ-М на растяжках
- 4.Мостик гимнастический подкидной (подпружиненный)
- 5.Бревно гимнастическое напольное 3м
- 6.Козел гимнастический
- 7.Столы для настольного тенниса

Льжная база, тренажерный зал, 15/52.

Оснащенность:

- 1.Велотренажеры
- 2.Беговые дорожки
- 3.Электрические тренажеры
- 4.Штанга 125 кг
- 5.Тренажер гребли
- 6.Степ поворотный
- 7.Скамья
- 8.Многофункциональные тренажеры

Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий

#### **3.2 Информационное обеспечение реализации программы**

##### **Основные источники:**

1. Муллер, А. Б. Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богаченко. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 424 с. — Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/489849>

##### **Дополнительные источники:**

1. Алхасов, Д. С. Методика обучения предмету «Физическая культура» в 2 ч. Часть 1: учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 254 с. — Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/492770>

2. Германов, Г. Н. Методика обучения предмету «Физическая культура». Легкая атлетика: учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 461 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-05784-3. — Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/506927>

### **3.2.1 Информационные и цифровые технологии (программное обеспечение, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы)**

Учебная дисциплина (модуль) предусматривает освоение информационных и цифровых технологий. Реализация цифровых технологий в образовательном пространстве является одной из важнейших целей образования, дающей возможность развивать конкурентоспособные качества обучающихся как будущих высококвалифицированных специалистов.

Цифровые технологии предусматривают развитие навыков эффективного решения задач профессионального, социального, личностного характера с использованием различных видов коммуникационных технологий. Освоение цифровых технологий в рамках данной дисциплины (модуля) ориентировано на способность безопасно и надлежащим образом получать доступ, управлять, интегрировать, обмениваться, оценивать и создавать информацию с помощью цифровых устройств и сетевых технологий. Формирование цифровой компетентности предполагает работу с данными, владение инструментами для коммуникации.

### **3.2.2 Электронно-библиотечные системы и базы данных**

1. ООО «ЭБС ЛАНЬ» (<https://e.lanbook.ru/>) (договор на оказание услуг от 03.04.2024 № б/н (Сетевая электронная библиотека)

2. База данных электронных информационных ресурсов ФГБНУ ЦНСХБ (договор по обеспечению доступа к электронным информационным ресурсам ФГБНУ ЦНСХБ через терминал удаленного доступа (ТУД ФГБНУ ЦНСХБ) от 09.04.2024 № 05-УТ/2024)

3. Электронная библиотечная система «Национальный цифровой ресурс «Рукопт»: Коллекции «Базовый массив» и «Колос-с. Сельское хозяйство» (<https://rucont.ru/>) (договор на оказание услуг по предоставлению доступа от 26.04.2024 № 1901/БП22)

4. ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ» (<https://urait.ru/>) (договор на оказание услуг по предоставлению доступа к образовательной платформе ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ» от 07.05.2024 № 6555)

5. Электронно-библиотечная система «Вернадский» (<https://vernadsky-lib.ru>) (договор на безвозмездное использование произведений от 26.03.2020 № 14/20/25)

6. База данных НЭБ «Национальная электронная библиотека» (<https://rusneb.ru/>) (договор о подключении к НЭБ и предоставлении доступа к объектам НЭБ от 01.08.2018 № 101/НЭБ/4712)

7. Соглашение о сотрудничестве по оказанию библиотечно-информационных и социокультурных услуг пользователям университета из числа инвалидов по зрению, слабовидящих, инвалидов других категорий с ограниченным доступом к информации, лиц, имеющих трудности с чтением плоскочечатного текста ТОГБУК «Тамбовская областная универсальная научная библиотека им. А.С. Пушкина» (<https://www.tambovlib.ru>) (соглашение о сотрудничестве от 16.09.2021 № б/н)

### **3.2.3 Информационные справочные системы**

1. Справочная правовая система КонсультантПлюс (договор поставки, адаптации и сопровождения экземпляров систем КонсультантПлюс от 11.03.2024 № 11921 /13900/ЭС)

2. Электронный периодический справочник «Система ГАРАНТ» (договор на услуги по сопровождению от 15.01.2024 № 194-01/2024)

### 3.2.4. Современные профессиональные базы данных

1. База данных нормативно-правовых актов информационно-образовательной программы «Росметод» (договор от 15.08.2023 № 542/2023)

2. База данных Научной электронной библиотеки eLIBRARY.RU – российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования - <https://elibrary.ru/>

3. Портал открытых данных Российской Федерации - <https://data.gov.ru/>

4. Открытые данные Федеральной службы государственной статистики - <https://rosstat.gov.ru/opendata>

### 3.2.5. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

№	Наименование	Разработчик ПО (правообладатель)	Доступность (лицензионное, свободно распространяемое)	Ссылка на Единый реестр российских программ для ЭВМ и БД (при наличии)	Реквизиты подтверждающего документа (при наличии)
1	MicrosoftWindows, OfficeProfessional	MicrosoftCorporation	Лицензионное	-	Лицензия от 04.06.2015 № 65291651 срок действия: бессрочно
2	Антивирусное программное обеспечение KasperskyEndpointSecurity для бизнеса	АО «Лаборатория Касперского» (Россия)	Лицензионное	<a href="https://reestr.digital.gov.ru/reestr/366574/?sphrase_id=415165">https://reestr.digital.gov.ru/reestr/366574/?sphrase_id=415165</a>	Сублицензионный договор с ООО «Софттекс» от 24.10.2023 № б/н, срок действия: с 22.11.2023 по 22.11.2024
3	МойОфис Стандартный - Офисный пакет для работы с документами и почтой (myoffice.ru)	ООО «Новые облачные технологии» (Россия)	Лицензионное	<a href="https://reestr.digital.gov.ru/reestr/301631/?sphrase_id=2698444">https://reestr.digital.gov.ru/reestr/301631/?sphrase_id=2698444</a>	Контракт с ООО «Рубикон» от 24.04.2019 № 0364100000819000012 срок действия: бессрочно
4	Офисный пакет «Р7-Офис» (десктопная версия)	АО «Р7»	Лицензионное	<a href="https://reestr.digital.gov.ru/reestr/306668/?sphrase_id=4435041">https://reestr.digital.gov.ru/reestr/306668/?sphrase_id=4435041</a>	Контракт с ООО «Софттекс» от 24.10.2023 № 0364100000823000007 срок действия: бессрочно
5	Операционная система «Альт Образование»	ООО "Базальт свободное программное обеспечение"	Лицензионное	<a href="https://reestr.digital.gov.ru/reestr/303262/?sphrase_id=4435015">https://reestr.digital.gov.ru/reestr/303262/?sphrase_id=4435015</a>	Контракт с ООО «Софттекс» от 24.10.2023 № 0364100000823000007 срок действия: бессрочно



6	Программная система для обнаружения текстовых заимствований в учебных и научных работах «Антиплагиат ВУЗ» ( <a href="https://docs.antiplagiat.us.ru">https://docs.antiplagiat.us.ru</a> )	АО «Антиплагиат» (Россия)	Лицензионное	<a href="https://reestr.digital.gov.ru/reestr/303350/?sphrase_id=2698186">https://reestr.digital.gov.ru/reestr/303350/?sphrase_id=2698186</a>	Лицензионный договор с АО «Антиплагиат» от 23.05.2024 № 8151, срок действия: с 23.05.2024 по 22.05.2025
7	AcrobatReader - просмотр документов PDF, DjVU	AdobeSystems	Свободно распространяемое	-	-
8	FoxitReader - просмотр документов PDF, DjVU	FoxitCorporation	Свободно распространяемое	-	-

### 3.2.6. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. CDTOwiki: база знаний по цифровой трансформации <https://cdto.wiki/>

### 3.2.7. Цифровые инструменты, применяемые в образовательном процессе

1. LMS-платформа Moodle
2. Виртуальная доска Миро: [miro.com](https://miro.com)
3. Виртуальная доска SBoard <https://sboard.online>
4. Виртуальная доска Padlet: <https://ru.padlet.com>
5. Облачные сервисы: Яндекс.Диск, Облако Mail.ru
6. Сервисы опросов: Яндекс.Формы, MyQuiz
7. Сервисы видеосвязи: Яндекс.Телемост, Webinar.ru
8. Сервис совместной работы над проектами для небольших групп Trello <http://www.trello.com>

### 3.2.8. Цифровые технологии, применяемые при изучении дисциплины

№	Цифровые технологии	Виды учебной работы, выполняемые с применением цифровой технологии
1.	Облачные технологии	Индивидуальные задания
2.	Большие данные	Индивидуальные задания

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

**Контроль и оценка** результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
Распознавание алгоритмов выполнения работ в профессиональной и смежных областях; определение методов работы в профессиональной и смежных сферах; выбор и определение оптимальной структуры плана для решения задач; понимание порядка оценки результатов решения задач профессиональной деятельности; выбор наиболее оптимальных источников информации и ресурсов для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; ориентирование в актуальной нормативно-правовой документации, современной научной и профессиональной терминологии; понимание психологических основ деятельности коллектива, психологических особенностей личности; владение знаниями основ работы с документами, подготовки устных и письменных сообщений; знание основ компьютерной грамотности; знание правил написания и произношения слов, в т.ч. и профессиональной лексики.	Оценка результатов выполнения практических работ. Экспертная оценка выполнения контрольных нормативов.

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура» разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям) утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 05.02.2018 г. № 69.

**Автор:**

Андреева О. П. преподаватель высшей квалификационной категории центра–колледжа прикладных квалификаций ФГБОУ ВО Мичуринский ГАУ

**Рецензент:**

Гладышев А.В., преподаватель высшей квалификационной категории центра-колледжа прикладных квалификаций ФГБОУ ВО Мичуринский ГАУ

Программа рассмотрена на заседании ЦМК общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин, математических и естественнонаучных, правовых дисциплин, специальности «Дошкольное образование»

протокол № 8 от «21» марта 2018 г.

Программа рассмотрена на заседании учебно-методической комиссии центра-колледжа прикладных квалификаций ФГБОУ ВО Мичуринский ГАУ

протокол № 7 от «23» марта 2018 г.

Программа утверждена Решением Учебно-методического совета университета

протокол № 10 от «26» апреля 2018 г.

Программа переработана, дополнена и рассмотрена на заседании ЦМК общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин, математических и естественнонаучных, правовых дисциплин, специальности «Дошкольное образование»

протокол № 7 от «22» марта 2019 г.

Программа рассмотрена на заседании учебно-методической комиссии центра-колледжа прикладных квалификаций ФГБОУ ВО Мичуринский ГАУ

протокол № 8 от «29» марта 2019 г.

Программа утверждена Решением Учебно-методического совета университета

протокол № 8 от «25» апреля 2019 г.

Программа переработана, дополнена и рассмотрена на заседании ЦМК общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин, математических и естественнонаучных, правовых дисциплин, специальности «Дошкольное образование»

протокол № 9 от «17» апреля 2020 г.

Программа рассмотрена на заседании учебно-методической комиссии центра-колледжа прикладных квалификаций ФГБОУ ВО Мичуринский ГАУ

протокол № 8 от «20» апреля 2020 г.

Программа утверждена Решением Учебно-методического совета университета

протокол № 8 от «23» апреля 2020 г.

Программа переработана, дополнена и рассмотрена на заседании ЦМК общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин, математических и естественнонаучных, правовых дисциплин, специальности «Дошкольное образование»

протокол № 9 от «19» апреля 2021 г.

Программа рассмотрена на заседании учебно-методической комиссии центра-колледжа прикладных квалификаций ФГБОУ ВО Мичуринский ГАУ

протокол № 8 от «21» апреля 2021 г.

Программа утверждена Решением Учебно-методического совета университета

протокол № 8 от «22» апреля 2021 г.

Программа переработана, дополнена и рассмотрена на заседании ЦМК общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин, математических и естественнонаучных, правовых дисциплин, специальности «Дошкольное образование»

протокол № 9 от «18» апреля 2022 г.

Программа рассмотрена на заседании учебно-методической комиссии центра-колледжа прикладных квалификаций ФГБОУ ВО Мичуринский ГАУ

протокол № 9 от «20» апреля 2022 г.

Программа утверждена Решением Учебно-методического совета университета

протокол № 8 от «21» апреля 2022 г.

Программа переработана, дополнена и рассмотрена на заседании ЦМК общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин, математических и естественнонаучных, правовых дисциплин, специальности «Дошкольное образование»

протокол № 11 от «16» июня 2023 г.

Программа рассмотрена на заседании учебно-методической комиссии центра-колледжа прикладных квалификаций ФГБОУ ВО Мичуринский ГАУ

протокол № 11 от «17» июня 2023 г.

Программа утверждена Решением Учебно-методического совета университета

протокол №10 от «22» июня 2023 г.

Программа переработана, дополнена и рассмотрена на заседании ЦМК общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин, математических и естественнонаучных, правовых дисциплин, специальности «Дошкольное образование»

протокол № 9 от «16» апреля 2024 г.

Программа рассмотрена на заседании учебно-методической комиссии центра-колледжа прикладных квалификаций ФГБОУ ВО Мичуринский ГАУ

протокол № 9 от «17» апреля 2024 г.

Программа утверждена Решением Учебно-методического совета университета

протокол № 8 от «18» апреля 2024 г.

Оригинал должен храниться в ЦМК общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин, математических и естественнонаучных, правовых дисциплин, специальности «Дошкольное образование»