

**МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КАБАРДИНО-БАЛКАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ В.М. КОКОВА»**

Факультет среднего профессионального образования

Кафедра общеобразовательных дисциплин

«УТВЕРЖДАЮ»

и.о. декана



Жерукова А.А.

«26» мая 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОУД.06 «Физическая культура»

по специальности среднего профессионального образования

38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)

Уровень образования – основное общее образование

Форма обучения очная

Курс обучения -1

Семестр -2

Нальчик 2025

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта – среднего профессионального образования (ФГСО СПО), утвержденным приказом Минпросвещения России от 24 июня 2024 г. № 437 по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)

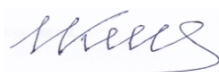
Разработчик:

Шамурзаев О.

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры «Общеобразовательные дисциплины»

Протокол № 10 от 23.05.2025 г.

И.о. зав.кафедрой



И.Р. Гучапшева

Одобрено методической комиссией факультета СПО

Протокол № 7 от 24.05.2025 г.

Председатель



Ф.Б. Татуева

Согласовано

22.05.2025 г.

Директор научной библиотеки



И.А. Шогенова

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «Физическая культура»

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины «Физическая культура» является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)

1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена :

Дисциплина входит в обязательную часть общего гуманитарного и социально – экономического цикла

1.2. Цель и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

Освоение содержания учебной дисциплины «Физическая культура» обеспечивает достижение студентами следующих результатов:

Личностных:	Метапредметных:	Предметных
<ul style="list-style-type: none"> - готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению; - сформированность устойчивой мотивации к здоровому образу жизни и обучению, целенаправленному личностному совершенствованию двигательной активности с валеологической и профессиональной направленностью, неприятию вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков; - потребность к самостоятельному использованию физической культуры как составляющей доминанты здоровья; - приобретение личного опыта творческого использования профессионально-оздоровительных средств и методов двигательной активности; - формирование личностных 	<ul style="list-style-type: none"> - способность использовать межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в познавательной, спортивной, физической, оздоровительной и социальной практике; - готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности; - освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ; - готовность и способность к 	<ul style="list-style-type: none"> - умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга; - владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; - владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств; - владение физическими упражнениями разной

<p>ценностно-смысловых ориентиров и установок, системы значимых социальных и межличностных отношений, личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных действий в процессе целенаправленной двигательной активности, способности их использования в социальной, в том числе профессиональной, практике;</p> <ul style="list-style-type: none"> - готовность самостоятельно использовать в трудовых и жизненных ситуациях навыки профессиональной адаптивной физической культуры; - способность к построению индивидуальной образовательной траектории самостоятельного использования в трудовых и жизненных ситуациях навыков профессиональной адаптивной физической культуры; - способность использования системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции, в спортивной, оздоровительной и физкультурной деятельности; - формирование навыков сотрудничества со сверстниками, умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты; - принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом 	<p>самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников;</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование навыков участия в различных видах соревновательной деятельности, моделирующих профессиональную подготовку; - умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее — ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, норм информационной безопасности; 	<p>функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности, готовность к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).
--	--	--

самосовершенствовании, занятиях спортивно- оздоровительной деятельностью; - умение оказывать первую помощь при занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью; - патриотизм, уважение к своему народу, чувство ответственности перед Ро- диной; - готовность к служению Отечеству, его защите		
--	--	--

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:-

- максимальной учебной нагрузки 117 часов, в том числе- обязательной -
- аудиторной учебной нагрузки 94 часов.
- самостоятельной работы обучающегося 23 часов

2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	117
Аудиторная учебная работа (обязательные учебные занятия) (всего)	94
в том числе	
теоретические занятия	16
практические занятия	78
Внеаудиторная самостоятельная работа обучающегося (всего)	23
в том числе:	
Ведение личного дневника самоконтроля Занятия дополнительными видами спорта Освоение физических упражнений для профилактики и коррекции нарушения опорно-двигательного аппарата, для коррекции зрения Освоение комплексов гимнастики Освоение приемов передачи, подачи, приема мяча в волейболе Освоение приемов ловли, передачи мяча в баскетболе, бросков мяча в корзину Подготовка к выполнению нормативов (ГТО) Написание докладов, рефератов Ответы на контрольные вопросы	
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины «Физическая культура»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся		Объем в часах	Уровень освоения
Раздел 1. Теоретическая часть	1-й курс			
Тема 1.1. Введение. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов СПО.	Содержание учебного материала		2	
	Теоретические занятия		2	1
	1	Современное состояние физической культуры и спорта. Физическая культура и личность профессионала. Оздоровительные системы физического воспитания, их роль в формировании здорового образа жизни, сохранении творческой активности и долголетия, предупреждении профессиональных заболеваний и вредных привычек. Особенности организации занятий со студентами в процессе освоения содержания учебной дисциплины «Физическая культура». Введение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). Требования к технике безопасности при занятиях физическими упражнениями.		
		Внеаудиторная самостоятельная работа: Ведение личного дневника самоконтроля. Занятия дополнительными видами спорта. Ответы на контрольные вопросы.	2	
Тема 1.2. Основы здорового образа жизни.	Содержание учебного материала			
	Теоретические занятия		2	1
	1	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.		

		Внеаудиторная самостоятельная работа Ведение личного дневника самоконтроля. <i>Занятия дополнительными видами спорта.</i> Ответы на контрольные вопросы.	2	
Раздел 2. Практическая часть				
Тема 2.1. Легкая атлетика. Кроссовая подготовка	Содержание учебного материала		28	
	Практические занятия		28	
	1	Практическое занятие № 1 «Бег на короткие, средние дистанции»		
	2	Практическое занятие № 2 «Бег на длинные дистанции»		
	3	Практическое занятие № 3 «Кроссовая подготовка: высокий старт»		
	4	Практическое занятие № 4 «Кроссовая подготовка: стартовый разбег, финиширование»		
	5	Практическое занятие № 5 «Бег 100 м»		
	6	Практическое занятие № 6 «Эстафетный бег 4 100 м»		
	7	Практическое занятие № 7 «Эстафетный бег 4 400 м»		
	8	Практическое занятие № 8 «Бег по прямой, повороту, кругу с различной скоростью»		
	9	Практическое занятие № 9 «Равномерный бег на дистанции 2 000 м (девушки); 3 000 м (юноши)»		
	10	Практическое занятие № 10 «Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги»		
	11	Практическое занятие № 11 «Прыжки в высоту способами: «прогнувшись», перешагивания, «ножницы»		
	12	Практическое занятие № 12 «Прыжки в высоту способом перекидной»		
	13	Практическое занятие № 13 «Метание гранаты весом 500 г (девушки); 700 г (юноши)»		
	14	Практическое занятие № 14 «Толкание ядра»		
	Внеаудиторная самостоятельная работа:		2	

		<p>Ведение личного дневника самоконтроля. Занятия дополнительными видами спорта. Написание докладов, рефератов:</p> <p>Техника беговых упражнений. Техника прыжков.</p> <p>Техника метания гранаты. Техника толкания ядра.</p> <p>Подготовка к выполнению нормативов (ГТО). Ответы на контрольные вопросы.</p>		
Раздел 1. Теоретическая часть				
Тема 1.3. Физическая культура в обеспечении здоровья	Содержание учебного материала		2	
	Теоретические занятия		2	1
	1	<p>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 здоровье. Профилактика профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания.</p>		
		<p>Внеаудиторная самостоятельная работа:</p> <p>Ведение личного дневника самоконтроля. Занятия дополнительными видами спорта.</p> <p>Ответы на контрольные вопросы.</p>	2	
Тема 1.4. Основы методики	Содержание учебного материала		2	1
	Теоретические занятия		2	

самостоятельных занятий физическими упражнениями	1	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.		
		Внеаудиторная самостоятельная работа Ведение личного дневника самоконтроля. Занятия дополнительными видами спорта. Ответы на контрольные вопросы.	2	
Раздел 2. Практическая часть				
Тема 2.2. Футбол		Содержание учебного материала	13	
		Практические занятия	13	
	1	Практическое занятие № 15 «Правила игры. Техника безопасности игры»		
	2	Практическое занятие № 16 «Техника игры вратаря»		
	3	Практическое занятие № 17 «Тактика защиты»		
	4	Практическое занятие № 18 «Тактика нападения»		
	5	Практическое занятие № 19 «Удар по летящему мячу средней частью подъема ноги, удары головой на месте и в прыжке, остановка мяча ногой, грудью, отбор мяча, обманные движения»		
	6	Практическое занятие № 20 « Двусторонняя игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров»		
	7	Практическое занятие № 21 « Двусторонняя игра по правилам»		
		Внеаудиторная самостоятельная работа: Ведение личного дневника самоконтроля. Занятия дополнительными видами спорта Освоение приемов передачи, подачи, приема мяча в футболе. Написание докладов, рефератов: Техника игры в футбол. Подготовка к выполнению нормативов (ГТО). Ответы на контрольные вопросы.	2	
Тема 2.3.		Содержание учебного материала	12	

Настольный теннис	Практические занятия		12	
	1	Практическое занятие № 22 «Правила игры и судейство»		
	2	Практическое занятие № 23 «Выполнение подач мяча справа»		
	3	Практическое занятие № 24 «Выполнение подач мяча слева»		
	4	Практическое занятие № 25 «Прием мяча»		
	5	Практическое занятие № 26 «Техника, тактика двусторонней игры»		
	6	Практическое занятие № 27 «Техника, тактика двусторонней игры в парах»	2	
Внеаудиторная самостоятельная работа: Ведение личного дневника самоконтроля. Занятия дополнительными видами спорта. Написание докладов, рефератов: Развитие настольного тенниса в России. Подготовка к выполнению нормативов (ГТО). Ответы на контрольные вопросы.				
Тема 2.4. Баскетбол	Содержание учебного материала		12	
	Практические занятия		12	
	1	Практическое занятие № 28 «Правила игры. Техника безопасности игры»		
	2	Практическое занятие № 29 «Ловля и передача мяча, ведение, броски мяча в корзину (с места, в движении, прыжком)»		
	3	Практическое занятие № 30 «Вырывание и выбивание (приемы овладения мячом)»		
	4	Практическое занятие № 31 «Прием техники защита — перехват, приемы, применяемые против броска, накрывание, тактика нападения, тактика защиты»		
	5	Практическое занятие № 32 «Игра по упрощенным правилам баскетбола»		
	6	Практическое занятие № 33 «Двусторонняя игра по правилам»		

		Внеаудиторная самостоятельная работа: Ведение личного дневника самоконтроля. Занятия дополнительными видами спорта. Освоение приемов ловли, передачи мяча в баскетболе, бросков мяча в корзину. Написание докладов, рефератов: Техника игры в баскетбол. Подготовка к выполнению нормативов (ГТО). Ответы на контрольные вопросы.	2	
Тема 2.5. Гимнастика	Содержание учебного материала		12	
	Практические занятия		12	
	1	Практическое занятие № 34 «Общеразвивающие упражнения»		
	2	Практическое занятие № 35 «Упражнения в паре с партнером»		
	3	Практическое занятие № 36 «Упражнения с гантелями, набивными мячами, упражнения с мячом, обручем (девушки)»		
	4	Практическое занятие № 37 «Упражнения для профилактики профессиональных заболеваний (упражнения в чередовании напряжения с расслаблением, упражнения для коррекции нарушений осанки, упражнения на внимание)»		
	5	Практическое занятие № 38 «Висы и упоры, упражнения у гимнастической стенки»		
	6	Практическое занятие № 39 «Упражнения для коррекции зрения. Комплексы упражнений вводной и производственной гимнастики»		
Раздел 1. Теоретическая часть				
Тема 1.5. Самоконтроль, его основные методы, показатели и критерии оценки	Содержание учебного материала		2	
	Теоретические занятия		2	1
	1	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.		

		Внеаудиторная самостоятельная работа: Ведение личного дневника самоконтроля. Занятия дополнительными видами спорта. Ответы на контрольные вопросы.	2	
Тема 1.6. Психофизиологи- ческие основы учебного и производственно- го труда.	Содержание учебного материала		2	
	Теоретические занятия		2	1
	1	Средства физической культуры в регулировании работоспособности. Психофизиологическая характеристика будущей производственной деятельности и учебного труда студентов профессиональных образовательных организаций. Динамика работоспособности в учебном году и факторы, ее определяющие. Основные причины изменения общего состояния студентов в период экзаменационной сессии. Критерии нервно-эмоционального, психического и психофизического утомления. Методы повышения эффективности производственного и учебного труда. Значение мышечной релаксации. Аутотренинг и его использование для повышения работоспособности.		
		Внеаудиторная самостоятельная работа: Ведение личного дневника самоконтроля. Занятия дополнительными видами спорта. Ответы на контрольные вопросы.	2	
Тема 1.7. Средства физической культуры в регулировании работоспособнос- ти.	Содержание учебного материала		2	
		Теоретические занятия Средства физической культуры в регулировании работоспособности. Аутотренинг и его использование для повышения работоспособности	2	
		Внеаудиторная самостоятельная работа: Ведение личного дневника самоконтроля. Занятия дополнительными видами спорта. Ответы на контрольные вопросы.		
Раздел 2. Практическая часть				
Тема 2.6. Атлетическая	Содержание учебного материала		10	
	Практические занятия		10	

гимнастика, работа на тренажерах	1	Практическое занятие № 40 «Круговой метод тренировки для развития силы основных мышечных групп с эспандерами»		
	2	Практическое занятие № 41 «Круговой метод тренировки для развития силы основных мышечных групп с амортизаторами из резины»		
	3	Практическое занятие № 42 Круговой метод тренировки для развития силы основных мышечных групп с гантелями»		
	4	Практическое занятие № 43 «Круговой метод тренировки для развития силы основных мышечных групп с гирей»		
	5	Практическое занятие № 44 «Круговой метод тренировки для развития силы основных мышечных групп со штангой»		
Тема 2.7. Ручной мяч	Содержание учебного материала		4	
		Практические занятия	4	
	1	Практическое занятие № 45 «Передача и ловля мяча в тройках, передача и ловля мяча с откосом от площадки, бросок мяча из опорного положения с сопротивлением защитнику»		
	2	Практическое занятие № 46 «Перехваты мяча, выбивание или отбор мяча, тактика игры, скрестное перемещение, подстраховка защитника, нападение, контратака. Двусторонняя игра»		
		Внеаудиторная самостоятельная работа: Ведение личного дневника самоконтроля. Занятия дополнительными видами спорта. Подготовка к выполнению нормативов (ГТО). Ответы на контрольные вопросы.	1	
Раздел 1. Теоретическая часть				
Тема 1.8. Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста	Содержание учебного материала		2	
	Теоретические занятия		2	1
	1	Личная и социально-экономическая необходимость специальной адаптивной и психофизической подготовки к труду. Оздоровительные и профилированные методы физического воспитания при занятиях различными видами двигательной активности. Профилактика профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания. Тестирование состояния здоровья, двигательных качеств, психофизиологических функций, к которым профессия (специальность) предъявляет повышенные требования.		

Раздел 2 Практическая часть				
Тема 2.8. Учебно- методические занятия	Содержание учебного материала		10	
	Практические занятия		10	
	1	Практическое занятие № 47 «Методика составления и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями гигиенической и профессиональной направленности. Методика активного отдыха в ходе профессиональной деятельности по избранному направлению»		
	2	Практическое занятие № 48 «Массаж и самомассаж при физическом и умственном утомлении»		
	3	Практическое занятие № 49 «Физические упражнения для профилактики и коррекции нарушения опорно-двигательного аппарата. Профилактика профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания.»		
	4	Практическое занятие № 50 «Ведение личного дневника самоконтроля (индивидуальной карты здоровья). Определение уровня здоровья (по Э.Н. Вайнеру)»		
	5	Практическое занятие № 51 «Индивидуальная оздоровительная программа двигательной активности с учетом профессиональной направленности»		
Всего			117	
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачёт)				

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Спортивный комплекс:

1. Стадион - широкого профиля с элементами полосы препятствий, прыжковыми ямами (высоту, длину), беговыми дорожками – 400м., секторами для метания.
2. Спортивные залы игровых видов (баскетбол, волейбол, мини футбол) – два. Оснащены всем спортивным инвентарём.
3. Спортивный зал настольного тенниса – один. Оснащён всем спортивным инвентарём.
4. Спортивный зал тяжелой атлетики – один. Укомплектован спортивным инвентарём (штанги, гири, тренажёры, гантели, столы армрестлинга, стенка шведская -гимнастическая).
5. Открытая волейбольная площадка – одна
6. Открытая баскетбольная площадка – одна.
7. Библиотека филиала - читальный зал, интернет.

Все помещения, объекты физической культуры и спорта, места для занятий физической подготовкой, на которых реализуется учебная дисциплина «Физическая культура», оборудованы и оснащены соответствующим инвентарём в зависимости от изучаемых разделов программы и видов спорта

3.2. Информационное обеспечение обучения

3.2.1.Перечень рекомендуемых учебных изданий

1. Лях В. И., Зданевич А. А. Физическая культура 10—11 кл. — М.: Издательство «Спорт», 2016. – 236 с.
2. Погадаев Г. И. Настольная книга учителя физической культуры. – М.: Дрофа, 2016. – 316 с.
3. Решетников Н. В. Физическая культура.: учеб.пособие для студентов учреждений сред. проф. образования. — М.: Мастерство, 2016. – 223 с.
4. Решетников Н.В., Кислицын Ю. Л. Физическая культура: учеб.пособия для студентов СПО. — М.: Мастерство, 2017. – 148 с.
5. Муллер, Арон Беркович. Физическая культура [Электронный учебник] : учебник и практикум Для СПО / Муллер А. Б. [и др.]. - Юрайт, 2021- 424 с

Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/469681>

3.2.1 Дополнительные литература

6. Аллянов, Юрий Николаевич. Физическая культура [Электронный учебник] : учебник Для СПО / Аллянов Ю. Н., Письменский И. А.. - Юрайт, 2021. - 493 с. Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/471143>
7. Бегидова, Тамара Павловна. Теория и организация адаптивной физической культуры [Электронный учебник] : учебное пособие Для СПО / Бегидова Т. П.. - Юрайт, 2021. - 191 с
8. Конеева, Елена Владимировна. Физическая культура [Электронный учебник] : учебное пособие Для СПО / под ред. Конеевой Е.В.. - Юрайт, 2021. - 599 с Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/475342>
9. Литош, Нина Леонидовна. Адаптивная физическая культура для детей с нарушениями в развитии [Электронный учебник] : учебное пособие Для СПО / Литош Н. Л.. - Юрайт, 2021. - 156 с. Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/476739>

3.2.3 Перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем.

•«Издательства Лань»

Коллекция «Единая профессиональная база знаний для аграрных вузов»

ООО «Издательство Лань».

Лицензионный договор № 003/2025-44ФЗ от 22.05.25 г сроком на 1 год

<http://e.lanbook.com/>

•ЭБС «Издательства Лань». Коллекция «ФПУ. 10-11 кл. Изд-во «Просвещение». Общеобразовательные предметы»

ООО «ЭБС Лань».

Договор № 023/2024-223ФЗ от 24.05.24 г сроком на 1 год

<http://e.lanbook.com/>

•Сетевая электронная библиотека

ООО «ЭБС ЛАНЬ»

Договор № СЭБ НВ-164 от 17.12.2019 г. – бессрочный

<http://e.lanbook.com/>
<http://seb.e.lanbook.com/>

•ЭБС «Университетская библиотека online». Базовая часть
 ООО «Директ-Медиа»
 Контракт № 51-04/2025 от 22.05.2025 г сроком на 1 год
<http://biblioclub.ru>

•ЭБС «ЮРАЙТ» Пакет СПО
 ООО «Электронное издательство Юрайт»
 Лицензионный договор № 6703 от 27.08.2024 г. сроком на 1 год
<https://urait.ru/>

•Научная электронная библиотека e-LIBRARY.RU (SCIENCE INDEX)
 ООО Научная электронная библиотека.
 Лицензионный договор № SIO-2114/2025 от 06.05.2025 сроком на 1 год
<http://elibrary.ru>

•Антиплагиат.ВУЗ 5.0
 Модуль поиска «Объединенная коллекция 2020»
 АО «Антиплагиат»
 Лицензионный договор № 10023 от 12.05.2025 г. сроком на 1 год

3.2.4 Интернет-ресурсы свободного доступа

Наименование ресурса сети «Интернет»	Электронный адрес ресурса
«Российское образование» - федеральный портал	http://www.edu.ru/index.php
Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам"	http://window.edu.ru/
Методические материалы, размещенные на сайте «Компас в образовании»	http://www.bitpro.ru

Сайт фирмы «Аскон»	http: www.askon.ru.
Справочно-правовая система ГАРАНТ	http://www. garant.ru;

1. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Знания о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека	Устный опрос. Тестирование. Промежуточная аттестация. Дифференцированный зачет
Знание основ здорового образа жизни	Устный опрос. Тестирование. Промежуточная аттестация. Дифференцированный зачет
Умение использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.	Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляются преподавателем индивидуально для каждого обучающегося в процессе проведения практических занятий. Промежуточная аттестация. Дифференцированный зачет.