

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Департамент научно-технологической политики и образования
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Институт прикладной биотехнологии и ветеринарной медицины
Кафедра Физической культуры

СОГЛАСОВАНО:

Директор института

Лефлер Т.Ф.

«27» марта 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Ректор

Пыжикова Н.И.

«31» марта 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ **ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

ФГОС СПО

по специальности 35.02.14 Охотоведение и звероводство

Курс 1,2

Семестр (ы) 1,2,3

Форма обучения очная

Квалификация выпускника охотовед

Красноярск 2023

Составители: Полиенко И.Н., ст.преподаватель, Иванова Т.С., доцент
(ФИО, ученая степень, ученое звание)

10.02.2023

Программа разработана в соответствии с ФГОС СПО Специальность 35.02.14 «Охотоведение и звероводство», Квалификация выпускника: Охотовед

Программа обсуждена на заседании кафедры протокол № 6 «21» февраля 2023 г.

Зав. кафедрой: Шубин Д.А., к.п.н., доцент
(ФИО, ученая степень, ученое звание)

Лист согласования рабочей программы

Программа принята методической комиссией института прикладной биотехнологии и ветеринарной медицины протокол № 7 «21» марта 2023 г.

Председатель методической комиссии
Турицына Евгения Геннадьевна д.в.н., профессор
(ФИО, ученая степень, ученое звание)

«21» марта 2023 г.

Заведующий выпускающей кафедрой по направлению подготовки (специальности)
Четвертакова Е.В., д.с.-х. н., профессор
(ФИО, ученая степень, ученое звание)

«21» марта 2023 г.

Оглавление

<u>Аннотация</u>	5
<u>1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ</u>	6
<u>2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ</u>	6
<u>3. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ДАННЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ</u>	8
<u>4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ</u>	9
4.1. ТРУДОЁМКОСТЬ МОДУЛЕЙ И МОДУЛЬНЫХ ЕДИНИЦ ДИСЦИПЛИНЫ.....	9
4.2. СОДЕРЖАНИЕ МОДУЛЕЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	10
4.3. ЛЕКЦИОННЫЕ/ЛАБОРАТОРНЫЕ/ПРАКТИЧЕСКИЕ/СЕМИНАРСКИЕ ЗАНЯТИЯ.....	12
4.4. ЛАБОРАТОРНЫЕ/ПРАКТИЧЕСКИЕ/СЕМИНАРСКИЕ ЗАНЯТИЯ.....	13
4.5. САМОСТОЯТЕЛЬНОЕ ИЗУЧЕНИЕ РАЗДЕЛОВ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ САМОПОДГОТОВКИ К ТЕКУЩЕМУ КОНТРОЛЮ ЗНАНИЙ.....	14
4.5.1. <i>Перечень вопросов для самостоятельного изучения и видов самоподготовки к текущему контролю знаний</i>	14
4.5.2. <i>Курсовые проекты (работы)/ контрольные работы/ расчетно-графические работы Темы курсовых проектов (работ)/ контрольные работы/ расчетно-графические работы</i>	14
<u>5. ВЗАИМОСВЯЗЬ ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ</u>	15
<u>6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ</u>	16
6.1. КАРТА ОБЕСПЕЧЕННОСТИ ЛИТЕРАТУРОЙ (ТАБЛИЦА 9).....	18
6.2. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ» (ДАЛЕЕ – СЕТЬ «ИНТЕРНЕТ»).....	19
6.3. ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ	19
<u>7. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И ЗАЯВЛЕННЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ</u>	21
<u>8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ</u>	24
<u>9. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ</u>	25
9.1. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ	25
9.2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ	25
<i>Изменения</i>	28

Аннотация

Дисциплина «Физическая культура» является частью общего гуманитарного и социально-экономического цикла дисциплин ОГСЭ.04 для подготовки специалистов среднего звена Специальность 35.02.14

«Охотоведение и звероводство», Квалификация выпускника: Охотовед. Дисциплина реализуется в институте прикладной биотехнологии и ветеринарной медицины кафедрой физической культуры.

В результате освоения дисциплины должны быть сформированы следующие компетенции:

ОК-2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество;

ОК-6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями;

ОК-3. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

Содержание дисциплины охватывает круг вопросов, связанных с освоением студентами практических знаний, приобретение умений, навыков в области физической культуры для формирования физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Преподавание дисциплины предусматривает следующие формы организации учебного процесса: теоретические, практические и самостоятельные занятия.

Программой дисциплины предусмотрены следующие виды контроля текущей успеваемости: в форме опроса и промежуточный контроль в форме тестирования физической подготовленности.

Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет 224 часов. Программой дисциплины предусмотрено: практические занятия - 112 часов, самостоятельные занятия - 112 часов.

1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Физическая культура» является частью общего гуманитарного и социально-экономического цикла дисциплин ОГСЭ.04 для подготовки специалистов среднего звена Специальность 35.02.14 «Охотоведение и звероводство», Квалификация выпускника: Охотовед в 1-3 семестре.

Дисциплина реализуется в институте прикладной биотехнологии и ветеринарной медицины кафедрой физической культуры.

Физическая культура выступает как интегральное качество личности, как условие и предпосылка эффективной учебно - профессиональной деятельности, как обобщенный показатель профессиональной культуры будущего специалиста и как цель саморазвития и самосовершенствования. Она характеризует свободное, сознательное самоопределение личности, которая на разных этапах жизненного развития из множества ценностей избирает, осваивает те, которые для неё наиболее значимы.

Знания, полученные по дисциплине «Физическая культура», непосредственно используются при изучении дисциплин: Элективные курсы по физической культуре и спорту

2. Цель и задачи дисциплины. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Цель освоения дисциплины: освоение студентами практических знаний, приобретение умений, навыков в области физической культуры для формирования физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Задачи:

1) формирование понимания социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;

2) формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями;

3) овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;

4) обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;

5) приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

Таблица 1

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине

Код компетенции	Содержание компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
ОК-2.	Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество;	<p>Знать: влияние оздоровительных систем физического культуры и спорта на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности;</p> <p>Уметь: выполнять индивидуально подобранные комплексы упражнений оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры; выполнять простейшие приемы релаксации; осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой; применять приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни;</p> <p>Владеть: системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья; средствами, методами для повышения уровня физической подготовленности; приёмами контроля физической и умственной работоспособности в течение дня.</p>
Ок-3	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	
ОК-6	Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями;	

3. Организационно-методические данные дисциплины

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 180 часов, их распределение по видам работ и по семестрам представлено в таблице 2.

Таблица 2

Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ по семестрам

Вид учебной работы			Трудоёмкость					
	зач. ед.	час .	по семестрам					
			№1	№2	№3	№4	№5	№6
Общая трудоёмкость дисциплины по учебному плану		224	72	60	92			
Аудиторные занятия		224	68	64	92			
в том числе:								
Лекции (Л)								
Практические занятия (ПЗ)		112	32	32	48			
Семинары (С)								
Лабораторные работы (ЛР)								
консультации								
Самостоятельная работа (СРС)		112	36	32	44			
в том числе:								
курсовая работа (проект)								
самостоятельное изучение тем и разделов		38	14	10	14			
контрольные работы								
реферат								
самоподготовка к текущему контролю знаний		38	12	10	16			
подготовка к зачету		36	10	10	16			
консультации								
Промежуточный контроль								
Вид контроля:			зач.	зач.	Диф.зач.			

4. Структура и содержание дисциплины

4.1. Трудоемкость модулей и модульных единиц

Таблица 3

Трудоемкость модулей и модульных единиц дисциплины

Наименование модулей и модульных единиц дисциплины	Всего часов на модуль	Контактная работа		Внеаудиторная работа (СРС)
		Л	ЛЗ/ЛЗ/С	
Календарный модуль 1 Физическая культура. 1 ступень.	72		36	36
Модульная единица 1.1 Лыжный спорт	16		8	8
Модульная единица 1.2 Конькобежный спорт	16		8	8
Модульная единица 1.3 Легкая атлетика	12		6	6
Модульная единица 1.4 Подвижные игры	12		6	6
Модульная единица 1.5 Подготовка к сдаче норм ВФСК ГТО	16		8	8
Календарный модуль 2 Физическая культура 2 ступень.	30		30	30
Модульная единица 2.1 Легкая атлетика	12		6	6
Модульная единица 2.2 Подвижные игры	12		6	6
Модульная единица 2.3 Лыжный спорт	12		6	6
Модульная единица 2.4 Конькобежный спорт	12		6	6
Модульная единица 2.5 Подготовка к сдаче норм ВФСК ГТО	12		6	6
Календарный модуль 3. Физическая культура. 3 ступень.	92		46	46
Модульная единица 3.1 Лыжный спорт	16		8	8
Модульная единица 3.2 Конькобежный спорт	16		8	8
Модульная единица 3.3 Легкая атлетика	20		10	10
Модульная единица 3.4 Подвижные игры	20		10	10
Модульная единица 3.5 Подготовка к сдаче норм ВФСК ГТО	20		10	10
ИТОГО	224		112	112

4.2. Содержание модулей дисциплины

Лекционный курс учебным планом не предусмотрен.

Раздел «Легкая атлетика»

Методика проведения и совершенствования школы общеразвивающих, подготовительных и специальных легкоатлетических упражнений;

Проведение учебно-методических и тренировочных занятий по совершенствованию беговых видов и упражнений, развитие двигательных качеств;

Проведение учебно-методических и тренировочных занятий по совершенствованию прыжковых видов и упражнений, развитие двигательных качеств;

Проведение учебно-методических и тренировочных занятий по совершенствованию видов длинных метаний и толканию ядра, развитие двигательных качеств.

Подготовка и сдача контрольных нормативов.

Раздел «Конькобежный спорт»

Методика проведения и совершенствования школы общеразвивающих, подготовительных и специальных упражнений в конькобежном спорте;

Проведение учебно-методических и тренировочных занятий по совершенствованию техники перемещения конькобежца: поза конькобежца, отталкивание, скольжение по прямой, торможение, повороты в движении (направо, налево, кругом), движение спиной вперед;

Развитие двигательных качеств;

Подготовка и сдача контрольных нормативов.

Раздел «Подвижные игры»

Методика проведения подвижных игр, направленных на развитие и совершенствование гибкости.

Методика проведения подвижных игр, направленных на развитие и совершенствование координационных способностей.

Методика проведения подвижных игр, направленных на развитие и совершенствование выносливости.

Методика проведения подвижных игр, направленных на развитие и совершенствование силы.

Методика проведения подвижных игр, направленных на развитие и совершенствование быстроты.

Подготовка и сдача контрольных нормативов.

Раздел «Лыжный спорт»

Овладение основными умениями и навыками передвижения на лыжах:

- ознакомление с основными способами передвижения на лыжах;

- ознакомление с техникой торможения и безопасного падения;

- прохождение дистанции 5,10 км.

- изучение лыжных ходов: одновременных, попеременных, коньковых;

- изучение способов торможения, преодоления подъемов и спусков, поворотов в движении;

- овладение основными умениями и навыками преодоления природных препятствий.

Подготовка и сдача контрольных нормативов.

Раздел «Подготовка к сдаче норм ВФСК ГТО»

Методика обучения и совершенствования техники выполнения комплекса испытаний обязательной программы:

Бег на 30 метров или бег на 60 м, или бег на 100 м;

Бег на 3000 м;

Подтягивание из виса на высокой перекладине или отжимания: сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз); или рывок гири;

Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье.
 Методика обучения и совершенствования техники выполнения комплекса испытаний по выбору:
 Челночный бег 3x10м;
 Прыжок в длину с разбега или прыжок в длину с места;
 Метание спортивного снаряда;
 Поднимание туловища из положения лёжа на спине;
 Бег на лыжах 5км или кросс на 5км по пересечённой местности;
 Плавание на 50 м;
 Стрельба из пневматической винтовки, дистанция 10 м или стрельба из "электронного оружия", дистанция 10 м;
 Самозащита без оружия;
 Туристический поход с проверкой туристских навыков.

4.3. Лабораторные/практические/семинарские занятия

Таблица 4

Содержание лекционного курса

№ п/п	№ модуля и модульной единицы дисциплины	№ и тема лекции	Вид ¹ контрольного мероприятия	Кол-во часов

Лекционный курс не предусмотрен учебным планом.

¹ Вид мероприятия: тестирование, коллоквиум, зачет, экзамен, другое

4.4. Лабораторные/практические/семинарские занятия

Таблица 5

Содержание занятий и контрольных мероприятий

№ п/п	№ модуля и модульной единицы дисциплины	№ и название лабораторных/практических занятий с указанием контрольных мероприятий	Вид ² контрольного мероприятия	Кол-во часов
1.	Календарный модуль 1. Физическая культура		тестирование	36
	Модульная единица 1.1. Лыжный спорт	Занятие № 1. Разучивание техники выполнения классических ходов. Закрепление навыков техники выполнения классических ходов	Тестирование уровня физической подготовленности	2
		Занятие № 2. Обучение технике преодоления подъемов, спусков, поворотов. Закрепление навыков преодоления подъемов, спусков, поворотов. Совершенствование техники выполнения классических ходов	Тестирование уровня физической подготовленности	4
		Занятие № 3. Контрольное занятие	Тестирование уровня физической подготовленности	2
	Модульная единица 1.2. Конькобежный спорт	Занятие № 4 Начальное обучение технике катания на коньках: упражнения в спортивном зале и на льду. Обучение отдельным элементам техники бега по прямой.	Тестирование уровня физической подготовленности	2
		Занятие № 5. Обучение отдельным элементам техники выполнения поворота. Совершенствование отдельных элементов техники бега по прямой и поворота	Тестирование уровня физической подготовленности	2
		Занятие № 6 Обучение технике бега со старта. Тактика бега на короткие, средние и длинные дистанции.	Тестирование уровня физической подготовленности	2
		Занятие № 7. Контрольное занятие	Тестирование уровня	2

² Вид мероприятия: защита, тестирование, коллоквиум, другое

№ п/п	№ модуля и модульной единицы дисциплины	№ и название лабораторных/ практических занятий с указанием контрольных мероприятий	Вид ² контрольного мероприятия	Кол-во часов
			физической подготовленности	
	Модульная единица 1.3. Легкая атлетика	Занятие № 8. Обучение технике низкого старта. Стартовый разгон. Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Низкий старт	Тестирование уровня физической подготовленности	2
		Занятие № 9 Обучение технике бега по повороту (виражу). Бег с максимальной скоростью. Обучение переходу от стартового разгона к бегу по дистанции. Совершенствование техники бега. Совершенствование техники бега.	Тестирование уровня физической подготовленности	2
		Занятие № 10. Контрольное занятие	Тестирование уровня физической подготовленности	2
	Модульная единица 1.4. Подвижные игры	Занятие № 11. Подвижные игры, направленные на развитие гибкости. Подвижные игры, направленные на развитие координационных способностей.	Тестирование уровня физической подготовленности	2
		Занятие № 12. Подвижные игры, направленные на развитие выносливости. Подвижные игры, направленные на развитие силы. Подвижные игры, направленные на развитие быстроты.	Тестирование уровня физической подготовленности	2
		Занятие № 13. Контрольное занятие	Тестирование уровня физической подготовленности	2
	Модульная единица 1.5. Подготовка к сдаче норм ВФСК ГТО	Занятие №14. Комплексы упражнений, направленные на развитие гибкости. Комплексы упражнений, направленные на развитие координационных способностей.	Тестирование уровня физической подготовленности	2

№ п/п	№ модуля и модульной единицы дисциплины	№ и название лабораторных/ практических занятий с указанием контрольных мероприятий	Вид² контрольного мероприятия	Кол-во часов
		Занятие № 15 Комплексы упражнений, направленные на развитие выносливости. Комплексы упражнений, направленные на развитие силы.	Тестирование уровня физической подготовленности	2
		Занятие № 16. Комплексы упражнений, направленные на развитие быстроты. Комплексы упражнений, направленные на развитие скоростно-силовых способностей.	Тестирование уровня физической подготовленности	2
		Занятие № 17. Развитие физических качеств посредством кругового метода.	Тестирование уровня физической подготовленности	2
2	Календарный модуль 2. Физическая культура . 2 ступень.		Тестирование уровня физической подготовленности	30
	Модульная единица 2.1 Легкая атлетика	Занятие № 18. Обучение технике низкого старта. Стартовый разгон Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Низкий старт	Тестирование уровня физической подготовленности	2
		Занятие № 19 Обучение технике бега по повороту (виражу). Бег с максимальной скоростью . Обучение переходу от стартового разгона к бегу по дистанции. Совершенствование техники бега. Совершенствование техники бега.	Тестирование уровня физической подготовленности	2
		Занятие № 20. Контрольное занятие	Тестирование уровня физической подготовленности	1
	Модульная единица 2.2 Подвижные игры	Занятие № 21. Подвижные игры, направленные на развитие гибкости. Подвижные игры, направленные на развитие координационных способностей.	Тестирование уровня физической подготовленности	2

№ п/п	№ модуля и модульной единицы дисциплины	№ и название лабораторных/ практических занятий с указанием контрольных мероприятий	Вид ² контрольного мероприятия	Кол-во часов
		Занятие № 22. Подвижные игры, направленные на развитие выносливости. Подвижные игры, направленные на развитие силы. Подвижные игры, направленные на развитие быстроты.	Тестирование уровня физической подготовленности	2
		Занятие № 23. Контрольное занятие	Тестирование уровня физической подготовленности	1
	Модульная единица 2.3. Лыжный спорт	Занятие № 24. Разучивание техники выполнения классических ходов. Закрепление навыков техники выполнения классических ходов	Тестирование уровня физической подготовленности	2
		Занятие № 24. Обучение технике преодоления подъемов, спусков, поворотов. Закрепление навыков преодоления подъемов, спусков, поворотов. Совершенствование техники выполнения классических ходов	Тестирование уровня физической подготовленности	2
		Занятие № 26. Контрольное занятие	Тестирование уровня физической подготовленности	1
	Модульная единица 2.4. Конькобежный спорт	Занятие № 27 Начальное обучение технике катания на коньках: упражнения в спортивном зале и на льду. Обучение отдельным элементам техники бега по прямой.	Тестирование уровня физической подготовленности	2
		Занятие № 28. Обучение отдельным элементам техники выполнения поворота. Совершенствование отдельных элементов техники бега по прямой и поворота	Тестирование уровня физической подготовленности	2
		Занятие № 29 Обучение технике бега со старта.	Тестирование уровня	2

№ п/п	№ модуля и модульной единицы дисциплины	№ и название лабораторных/ практических занятий с указанием контрольных мероприятий	Вид² контрольного мероприятия	Кол-во часов
		Тактика бега на короткие, средние и длинные дистанции.	физической подготовленности	
	Модульная единица 2.5. Подготовка к сдаче норм ВФСК	Занятие №30. Комплексы упражнений, направленные на развитие гибкости. Комплексы упражнений, направленные на развитие координационных способностей.	Тестирование уровня физической подготовленности	2
		Занятие № 31 Комплексы упражнений, направленные на развитие выносливости. Комплексы упражнений, направленные на развитие силы.	Тестирование уровня физической подготовленности	2
		Занятие № 32. Комплексы упражнений, направленные на развитие быстроты. Комплексы упражнений, направленные на развитие скоростно-силовых способностей.	Тестирование уровня физической подготовленности	2
		Занятие № 33 Развитие физических качеств посредством кругового метода.	Тестирование уровня физической подготовленности	2
3	Календарный модуль 3. Физическая культура 3 ступень.			46
	Модульная единица 3.1 Лыжный спорт	Занятие № 34. Разучивание техники выполнения классических ходов. Закрепление навыков техники выполнения классических ходов	Тестирование уровня физической подготовленности	2
		Занятие № 35. Обучение технике преодоления подъемов, спусков, поворотов Закрепление навыков преодоления подъемов, спусков, поворотов Совершенствование техники выполнения классических ходов	Тестирование уровня физической подготовленности	4
		Занятие № 36. Контрольное занятие	Тестирование уровня физической	2

№ п/п	№ модуля и модульной единицы дисциплины	№ и название лабораторных/ практических занятий с указанием контрольных мероприятий	Вид² контрольного мероприятия	Кол-во часов
			подготовленности	
	Модульная единица 3.2 Конькобежный спорт	Занятие № 37 Начальное обучение технике катания на коньках: упражнения в спортивном зале и на льду Обучение отдельным элементам техники бега по прямой.	Тестирование уровня физической подготовленности	2
		Занятие № 38. Обучение отдельным элементам техники выполнения поворота Совершенствование отдельных элементов техники бега по прямой и поворота	Тестирование уровня физической подготовленности	4
		Занятие № 39 Обучение технике бега со старта. Тактика бега на короткие, средние и длинные дистанции.	Тестирование уровня физической подготовленности	4
		Занятие № 40. Контрольное занятие	Тестирование уровня физической подготовленности	2
	Модульная единица 3.3 Легкая атлетика	Занятие № 41. Обучение технике низкого старта. Стартовый разгон Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Низкий старт	Тестирование уровня физической подготовленности	2
		Занятие № 42 Обучение технике бега по повороту (виражу). Бег с максимальной скоростью . Обучение переходу от стартового разгона к бегу по дистанции. Совершенствование техники бега. Совершенствование техники бега.	Тестирование уровня физической подготовленности	2
		Занятие № 43. Контрольное занятие	Тестирование уровня физической подготовленности	2
	Модульная единица 3.4 Подвижные игры	Занятие № 44. Подвижные игры, направленные на развитие гибкости. Подвижные игры,	Тестирование уровня физической подготовленности	4

№ п/п	№ модуля и модульной единицы дисциплины	№ и название лабораторных/ практических занятий с указанием контрольных мероприятий	Вид ² контрольного мероприятия	Кол-во часов
		направленные на развитие координационных способностей.		
		Занятие № 45. Подвижные игры, направленные на развитие выносливости. Подвижные игры, направленные на развитие силы. Подвижные игры, направленные на развитие быстроты.	Тестирование уровня физической подготовленности	4
	Модульная единица 3.5 Подготовка к сдаче норм ВФСК ГТО	Занятие №46. Комплексы упражнений, направленные на развитие гибкости. Комплексы упражнений, направленные на развитие координационных способностей.	Тестирование уровня физической подготовленности	2
		Занятие № 47 Комплексы упражнений, направленные на развитие выносливости. Комплексы упражнений, направленные на развитие силы.	Тестирование уровня физической подготовленности	2
		Занятие № 48. Комплексы упражнений, направленные на развитие быстроты. Комплексы упражнений, направленные на развитие скоростно-силовых способностей.	Тестирование уровня физической подготовленности	4
		Занятие № 49. Развитие физических качеств посредством кругового метода.	Тестирование уровня физической подготовленности	2
		Занятие №50. Контрольное занятие	Тестирование уровня физической подготовленности	2
	ИТОГО	80	Тестирование уровня физической подготовленности	112

4.5. Самостоятельное изучение разделов дисциплины и виды самоподготовки к текущему контролю знаний

4.5.1. Перечень вопросов для самостоятельного изучения и видов самоподготовки к текущему контролю знаний

Таблица 6

Перечень вопросов для самостоятельного изучения и видов самоподготовки к текущему контролю знаний

№ п/п	№ модуля и модульной единицы	Перечень рассматриваемых вопросов для самостоятельного изучения и видов самоподготовки к текущему контролю знаний	Кол-во часов
Модуль 1 Физическая культура. Ступень 1			36
1	Модульная единица 1.1. Лыжный спорт	Изучение литературных источников по техники выполнения классических ходов.	2
		Изучение литературы технике преодоления подъемов, спусков, поворотов, преодоления подъемов, спусков, поворотов	2
	Модульная единица 1.2. Конькобежный спорт	Изучение литературы по технике катания на коньках: упражнения в спортивном зале и на льду изучение отдельным элементам техники бега по прямой.	4
		Обучение отдельным элементам техники выполнения поворота. Просмотр литературы отдельных элементов техники бега по прямой и поворота	2
	Модульная единица 1.3. Легкая атлетика	Изучение литературных данных по технике низкого старта. Стартовый разгон Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Низкий старт	4
		Рассмотрение литературных данных по технике бега по повороту (виражу). Бег с максимальной скоростью . Обучение переходу от стартового разгона к бегу по дистанции.	2
	Модульная единица 1.4. Подвижные игры	Составить комплекс физических упражнений для своего трудового вида деятельности. Рассчитать энергетические затраты для суток, недели, месяца и года работы.	2
	Модульная единица 1.5. Подготовка к сдаче норм ВФСК ГТО	Составьте комплекс утренней гимнастики из 12-15 упражнений.	2
		Выполняйте комплекс ежедневно и отметите повышение общей работоспособности организма	
		Провести самостоятельно тестирование двигательных качеств и способностей, оценить свое физическое развитие, разработать комплекс гимнастических упражнений.	2
	Изучить Комплексы упражнений, направленные на развитие гибкости. Комплексы упражнений, направленные на развитие координационных способностей.	4	

№ п/п	№ модуля и модульной единицы	Перечень рассматриваемых вопросов для самостоятельного изучения и видов самоподготовки к текущему контролю знаний	Кол-во часов
		Изучить литературные данные комплексов упражнений, направленные на развитие выносливости. Комплексы упражнений, направленные на развитие силы.	2
		Комплексы упражнений, направленные на развитие быстроты. Комплексы упражнений, направленные на развитие скоростно-силовых способностей. Развитие физических качеств посредством кругового метода.	4
		Подготовка к зачёту	4
Модуль 2 Физическая культура. Ступень 2			30
2	Модульная единица 2.1. Лыжный спорт	Изучение литературных источников по техники выполнения классических ходов.	2
		Изучение литературы технике преодоления подъемов, спусков, поворотов, преодоления подъемов, спусков, поворотов	2
	Модульная единица 2.2. Конькобежный спорт	Изучение литературы по технике катания на коньках: упражнения в спортивном зале и на льду изучение отдельным элементам техники бега по прямой.	2
		Обучение отдельным элементам техники выполнения поворота. Просмотр литературы отдельных элементов техники бега по прямой и поворота	2
	Модульная единица 2.3. Легкая атлетика	Изучение литературных данных по технике низкого старта. Стартовый разгон Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Низкий старт	2
		Рассмотрение литературных данных по технике бега по повороту (виражу). Бег с максимальной скоростью . Обучение переходу от стартового разгона к бегу по дистанции.	2
	Модульная единица 2.4. Подвижные игры	Составить комплекс физических упражнений для своего трудового вида деятельности. Рассчитать энергетические затраты для суток, недели, месяца и года работы.	2
	Модульная единица 2.5. Подготовка к сдаче норм ВФСК ГТО	Составьте комплекс утренней гимнастики из 12-15 упражнений. Выполняйте комплекс ежедневно и отметите повышение общей работоспособности организма	2
		Провести самостоятельно тестирование двигательных качеств и способностей, оценить свое физическое развитие, разработать комплекс гимнастических упражнений.	2

№ п/п	№ модуля и модульной единицы	Перечень рассматриваемых вопросов для самостоятельного изучения и видов самоподготовки к текущему контролю знаний	Кол-во часов
		Изучить Комплексы упражнений, направленные на развитие гибкости. Комплексы упражнений, направленные на развитие координационных способностей.	2
		Изучить литературные данные комплексов упражнений, направленные на развитие выносливости. Комплексы упражнений, направленные на развитие силы.	2
		Комплексы упражнений, направленные на развитие быстроты. Комплексы упражнений, направленные на развитие скоростно-силовых способностей. Развитие физических качеств посредством кругового метода.	4
		Подготовка к зачёту	4
Модуль 3 Физическая культура. Ступень 3			46
3	Модульная единица 3.1. Лыжный спорт	Изучение литературных источников по техники выполнения классических ходов.	2
		Изучение литературы технике преодоления подъемов, спусков, поворотов, преодоления подъемов, спусков, поворотов	2
	Модульная единица 3.2. Конькобежный спорт	Изучение литературы по технике катания на коньках: упражнения в спортивном зале и на льду изучение отдельным элементам техники бега по прямой.	2
		Обучение отдельным элементам техники выполнения поворота. Просмотр литературы отдельных элементов техники бега по прямой и поворота	4
	Модульная единица 3.3. Легкая атлетика	Изучение литературных данных по технике низкого старта. Стартовый разгон Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Низкий старт	4
		Рассмотрение литературных данных по технике бега по повороту (виражу). Бег с максимальной скоростью . Обучение переходу от стартового разгона к бегу по дистанции.	2
	Модульная единица 3.4. Подвижные игры	Составить комплекс физических упражнений для своего трудового вида деятельности. Рассчитать энергетические затраты для суток, недели, месяца и года работы.	4
	Модульная единица 3.5. Подготовка к сдаче норм ВФСК	Составьте комплекс утренней гимнастики из 12-15 упражнений. Выполняйте комплекс ежедневно и отметите повышение общей работоспособности организма	4

№ п/п	№ модуля и модульной единицы	Перечень рассматриваемых вопросов для самостоятельного изучения и видов самоподготовки к текущему контролю знаний	Кол-во часов
	ГТО	Провести самостоятельно тестирование двигательных качеств и способностей, оценить свое физическое развитие, разработать комплекс гимнастических упражнений.	4
		Изучить Комплексы упражнений, направленные на развитие гибкости. Комплексы упражнений, направленные на развитие координационных способностей.	4
		Изучить литературные данные комплексов упражнений, направленные на развитие выносливости. Комплексы упражнений, направленные на развитие силы.	4
		Комплексы упражнений, направленные на развитие быстроты. Комплексы упражнений, направленные на развитие скоростно-силовых способностей. Развитие физических качеств посредством кругового метода.	4
		Подготовка к диф.зачёту	6
	итого		112

4.5.2 Курсовые проекты (работы)/ контрольные работы/ расчетно-графические работы

Темы курсовых проектов (работ)/ контрольные работы/ расчетно-графические работы

Не предусмотрено учебным планом дисциплины

5. Взаимосвязь видов учебных занятий

Взаимосвязь учебного материала лекций, практических и самостоятельных работ с тестовыми/экзаменационными вопросами и формируемыми компетенциями представлены в таблице 7.

Взаимосвязь компетенций с учебным материалом и контролем знаний студентов

Таблица 7

Компетенции	Лекции	ПЗ	СРС	Другие виды	Вид контроля
ОК-2,3,6		М-2	М-1		Тестирование уровня физической подготовленности Зачет Диф.зачет

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Основная литература.

1. Ильинич В.И. Физическая культура студента: Учебник для студентов высших учебных заведений / Под общей редакцией В.И. Ильинича. М.: Гардарики, 2009;
2. Туманян Г.С. Здоровый образ жизни и физическое совершенствование : учеб. пособие для студентов высших учебных заведений/ Г.С. Туманян. - М.: Издательский центр «Академия», 2006;
3. Кригер Н.В. Основы здорового образа жизни человека: Учебное пособие / Н.В. Кригер. – Красноярск; Краснояр.гос.аграр.ун-т. - Кр-ск, 2011;
4. Бондарева С.А. Меры безопасности и требования гигиены на занятиях физическими упражнениями и спортом: Метод. указания/ С.А. Бондарева. - Крас.гос.аграр.ун-т. - Красноярск, 2007.

Дополнительная литература.

1. Григоревич В.В. Всеобщая история физической культуры и спорта (текст): учебное пособие / В.В. Григоревич. - М.; Советский спорт, 2008;
2. Грецов А.Г. Методика профилактики табакокурения в подростковых и молодежных группах. / Методическое пособие. Под общей редакцией проф. Евсеева С.П. – СПб., СПбНИИ физической культуры, 2008;
3. Грецов А.Г. Психологический тренинг в профилактике наркозависимости подростков и молодежи в спорте, образовании, клубной работе. / Учебное пособие. Под общей редакцией проф. Евсеева С.П. - СПб., СПбНИИ физической культуры, 2007;
4. Васильков А.А. Теория и методика физического воспитания: учебник/ А.А. Васильков. – Ростов н/Дону: Феникс, 2008.-381 с.; ил. – (Высшее образование).
5. Калинина Л.Н. Физическая культура студентов специальной медицинской группы в вузе: учеб. Пособие/Л.Н. Калинина, Н.М. Сапругько, Л.А. Бартновская; Краснояр .гос. аграр. ун-т. –Красноярск, 2011;
6. Полиенко И.Н. Основы лыжной подготовки в вузе: учебное пособие/ И.Н. Полиенко, С.А. Бондарева, Л.Н.Калинина; Краснояр. гос. аграр. ун-т. – Красноярск, 2011;
7. Одегова А.А. Лечебная физическая культура для студентов специальной медицинской группы: метод. указания/ А.А.Одегова; Краснояр. гос.аграр. ун-т. – Красноярск, 2010;
8. Калинина Л.Н. Основы техники бега на короткие, средние и длинные дистанции: метод. указания/ Л.Н. Калинина, Л.В. Кумм, О.А. Куличихин; Краснояр.гос.аграр.ун-т. – Красноярск, 2012;

9. Физическая культура, обучение и здоровье: основы самостоятельности тренировки студентов вузов: учеб. пособие. – СПб.; СПбГУП.- 2008;
10. Федотов Ю.Н. Спортивно-оздоровительный туризм (Текст): учебник/ Ю.Н. Федотов, И.Е. Востоков; под редакцией В.А. Таймазова, Ю.Н. Федотова. - 2-е изд., испр. И доп. – М.; Советский спорт, 2008.
11. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: пособие для студентов высш.учеб. заведений/ Н.Ж. Булгакова. – М.; Издат. Центр «Академия», 2008.
12. Виленский М.Я., Горшков А.Г. Физическая культура и здоровый образ жизни студента. – М.; Издательство: Гардарики, 2007;
13. Смыкалов С.И. Мини-футбол: учебно-методическое пособие/ С.И. Смыкалов, Л.Н. Калинина, В.Г. Бугаев; Краснояр.гос.аграр.ун-т. Красноярск, 2007;
14. Евсеев С.П. Формирование двигательных действий с помощью тренажеров/ С.П. Евсеев. – М.; Физкультура и спорт, 2006.

КАРТА ОБЕСПЕЧЕННОСТИ ЛИТЕРАТУРОЙ

Кафедра **физической культуры** Специальность 35.02.14 «Охотоведение и звероводство», Квалификация выпускника: Охотовед
 Дисциплина **физическая культура** Общая трудоемкость дисциплины 224 часа: практические занятия -112 часов, СРС- 112 часа ч.

Таблица 8

Вид занятий	Наименование	Авторы	Издательство	Год издания	Вид издания		Место хранения		Необход и-мое кол-во экз.	Количество экз. в вузе
					Печ.	Электр.	Библ.	Каф.		
1	2	3	4	6	7	8	9	10	11	12
Основная литература										
ПЗ	1. Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования	А.Б. Муллер	Москва: Издательство Юрайт	2017		+	+		1	http://www.biblio-online.ru/bcode/401699
	2. Физическая культура: учебник для среднего профессионального образования	Ю. Н. Аллянов	Москва: Издательство Юрайт	2017		+	+		1	http://biblio-online.ru/bcode/400928
	3. Физическая подготовка: сдача нормативов комплекса ГТО: учебное пособие для среднего профессионального образования	И.М. Туревский	Москва: Издательство Юрайт	2019		+	+		1	http://www.biblio-online.ru/bcode/445464
	4. Физическая культура: основы спортивной этики : учебное пособие для среднего профессионального образования	В.В. Ягодин	Москва: Издательство Юрайт	2019		+	+		1	http://www.biblio-online.ru/bcode/442510

Дополнительная литература

ПЗ	5. Физическая культура: учебник для использования в учебном процессе образовательных учреждений СПО	А. А. Бишаева	Москва: Издательский центр «Академия»	2017	+		+			24
	6. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 2. Олимпийские зимние игры : учебное пособие для среднего профессионального образования	Г. Н. Германов	Москва: Издательство Юрайт	2019		+	+			http://www.biblio-online.ru/bookcode/429816

Зав. библиотекой _____

Председатель МК _____

Зав. кафедрой _____

6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть «Интернет»)

- Электронная информационно-образовательная среда ФГБОУ ВО Красноярский ГАУ на платформе LMS Moodle - <https://e.kgau.ru/> (<https://e.kgau.ru/course/view.php?id=1625>)
- Научная библиотека Красноярский ГАУ - <http://www.kgau.ru/new/biblioteka/>
- Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU - <http://elibrary.ru/>
- СПС «КонсультантПлюс» - <http://www.consultant.ru/>
- Электронно-библиотечная система «Лань» - <https://e.lanbook.com>
- Электронная библиотечная система «Юрайт» - <http://www.biblio-online.ru/>
- Сайт Министерства сельского хозяйства РФ - <http://mcx.ru/>
- Министерство сельского хозяйства Красноярского края - <http://krasagro.ru/>
- Информационно- поисковые системы:
 - Google <http://www.google.com>
 - Yandex <http://www.yandex.ru>
 - Rambler <http://www.rambler.ru>

6.3. Программное обеспечение

Обучающимся и преподавателям доступны рабочие станции с установленным программным обеспечением, которое позволяет работать с текстами, профессиональными справочно-правовыми системами и иными электронными ресурсами. Наименование программного обеспечения:

1. Windows Russian Upgrade Академическая лицензия №44937729 от 15.12.2008 г.
2. Office 2007 Russian OpenLicensePack Академическая лицензия №44937729 от 15.12.2008 г.
3. Офисный пакет LibreOffice 6.2.1 - Бесплатно распространяемое ПО.
4. ABBYY Fine Reader 10 Corporate Edition, лицензия № FCRC 1100-1002-2465-8755-4238 от 22.02.2012 г;
5. Acrobat Professional Russian 8.0 Academic Edition Band R 1-999, лицензия образовательная № CE 0806966 27.06.2008 г.
6. Kaspersky Endpoint Security для бизнеса Стандартный Russian Edition. 1000-1499 Node 2 year Educational License, лицензия 17E0-171204-043145-330-825 с 12.04.2017 до 12.12.2019 г.
7. Kaspersky Endpoint Security для бизнеса Стандартный Russian Edition. 1000-1499 Node 2 year Educational License, лицензия 1800-191210-144044-563-2513 с 10.12.2019 г до 17.12.2021 г.
8. Справочная правовая система «Консультант+» - Договор сотрудничества №20175200206 от 01.06.2016 г.
9. Справочная правовая система «Гарант» - Учебная лицензия;
10. Программная система для обнаружения текстовых заимствований в учебных и научных работах - Лицензионный договор №158 от 03.04.2019 г «Антиплагиат ВУЗ».

11. Moodle 3.5.6a (система дистанционного образования) - Бесплатно распространяемое ПО;
12. Библиотечная система «Ирбис 64» (web версия) - Договор сотрудничества.
13. Яндекс (Браузер / Диск) - Бесплатно распространяемое ПО.

7. Критерии оценки знаний, умений, навыков и заявленных компетенций

Виды текущего контроля: устный опрос.

Промежуточный контроль: зачет в форме тестирования, диф.зачет

Студенты Специальность 35.02.14 «Охотоведение и звероводство»,

Квалификация выпускника: Охотовед обучаются по модульно-рейтинговой системе. Один раз за семестр проводится промежуточная аттестация.

По результатам текущей работы по дисциплине в течение семестра студент должен набрать от 60 баллов. Студент может получить зачет автоматически если он в течение семестра набрал 60 баллов.

Опять у вас не понятно по рейтинг-плану сколько семестров и как баллы набирают студенты.

Таблица 10

Рейтинг-план дисциплины по физической культуре

Дисциплинарные модули	Количество академических часов						Рейтинговый бал за один семестр
	Семестры						
	1	2	3	4	5	6	
Модуль 1.	72						60-100
Модуль 2.		60					60-100
Модуль 3.			92				60-100
Итого	224						

Таблица 11

Распределение баллов по модулям

№	Модули	Баллы по видам работы в 1-5-ом семестре						Итого
		Текущая работа	опрос	тестирование	Участие в физкультурно-массовых мероприятиях	Участие в спортивных соревнованиях		
1	Модуль 1	9	21		10	10		40
2	Модуль 2	12		18	10	10		60
3	Итого	21	21	18	20	20		100

Таблица 12

Тестирование уровня физической подготовленности по разделу «Подготовка к сдаче норм ВФСК ГТО»

Упражнение		МУЖЧИНЫ 18-24 года			МУЖЧИНЫ 25-29 лет		
		5	4	3	5	4	3
Обязательные испытания:							
Бег на 30 метров	сек	4,3	4,6	4,8	4,6	5,0	5,4
или бег на 60 м	сек	7,9	8,6	9,0	8,2	9,1	9,5
или бег на 100 м	сек	13,1	14,1	14,4	13,8	14,8	15,1
Бег на 3000 м	мин: сек	12:00	13:40	14:30	12:50	14:40	15:00
Подтягивание из	кол-	15	12	10	13	9	7

виса на высокой перекладине	во раз						
или отжимания: сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	кол-во раз	44	32	28	39	25	22
или рывок гири 16 кг	кол-во раз	43	25	21	40	23	19
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	см	+13 см	+8 см	+6 см	+12 см	+7 см	+5 см
Испытания по выбору:							
Челночный бег 3x10м	сек	7,1	7,7	8,0	7,4	7,9	8,2
Прыжок в длину с разбега	см	430	380	370	-	-	-
или прыжок в длину с места	см	240	225	210	235	220	205
Метание спортивного снаряда весом 700г	м	37	35	33	37	35	33
Поднимание туловища из положения лёжа на спине	кол-во раз за 1 мин	48	37	33	45	35	30
Бег на лыжах 5км	мин: сек	22:00	25:30	27:00	22:30	26:30	27:30
или кросс на 5км по пересечённой местности	мин: сек	22:00	25:00	26:00	22:30	26:00	26:30
Плавание на 50м	мин: сек	0:50	1:00	1:10	0:55	1:05	1:15
Стрельба из пневматической винтовки, дистанция 10м		25	20	15	25	20	15
или стрельба из "электронного оружия", дистанция 10м	очки	30	25	18	30	25	18
Самозащита без оружия	очки	26-30	21-25	15-20	26-30	21-25	15-20
Туристический поход с проверкой туристских навыков		дистанция не менее 15 км					
Упражнение		ЖЕНЩИНЫ 18-24 года			ЖЕНЩИНЫ 25-29 лет		
		5	4	3	5	4	3
Бег на 30 м	сек	5,1	5,7	5,9	5,4	6,1	6,4

или бег на 60 м	сек	9,6	10,5	10,9	9,9	10,7	11,2
или бег на 100 м	сек	16,4	17,4	17,8	17,0	18,2	18,8
Бег на 2000 м	мин:сек	10:50	12:30	13:10	11:35	13:10	14:00
Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см	кол-во раз	18	12	10	17	11	9
или отжимания: сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу	кол-во раз	17	12	10	16	11	9
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	см	+16 см	+11 см	+8 см	+14 см	+9 см	+7 см
Испытания по выбору:							
Челночный бег 3x10м (секунд)	сек	8,2	8,8	9,0	8,7	9,0	9,3
Прыжок в длину с разбега (см)	см	320	290	270	-	-	-
или прыжок в длину с места (см)	см	195	180	170	190	175	165
Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1 мин)	м	43	35	32	37	29	24
Метание спортивного снаряда весом 500г (метров)	кол-во раз за 1 мин	21	17	14	18	15	13
Бег на лыжах 3км (мин:сек)	мин:сек	18:10	19:40	21:00	18:30	20:45	22:30
или кросс на 3км по пересечённой местности (мин:сек)	мин:сек	17:30	18:30	19:15	18:00	20:15	22:00
Плавание на 50м (мин:сек)	мин:сек	1:00	1:15	1:25	1:00	1:15	1:25
Стрельба из пневматической винтовки, дистанция 10м (очки)		25	20	15	25	20	15
или стрельба из "электронного оружия", дистанция 10м (очки)	очки	30	25	18	30	25	18
Самозащита без оружия (очки)	очки	26-30	21-25	15-20	26-30	21-25	15-20
Туристический поход с проверкой туристских навыков		дистанция не менее 15 км					

Промежуточная аттестация по результатам семестра по дисциплине проходит в форме зачета.

Оценка «зачтено» студентом получается, если им набрано 60-100 баллов, оценка «не зачтено», если сумма баллов за семестр менее 60.

Студент, не набравший нужное количество баллов (менее 60) для итоговой оценки «зачтено», считается неуспевающим по данной дисциплине. Повторная аттестация осуществляется в дни ликвидации задолженностей по утвержденному расписанию.

В 1-4 семестре зачет, в 5 семестре диф.зачет.

Обучающимся, не сдавшим зачет предоставляется возможность пройти повторную промежуточную аттестацию в соответствии с графиком ликвидации академических задолженностей:

http://www.kgau.ru/new/news/news/2017/grafik_lz.pdf

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	Аудиторный фонд
Лекции учебным планом не предусмотрены	
ПЗ СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС: открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий	Оборудование и инвентарь спортивного зала: стенка гимнастическая; гимнастические скамейки; перекладина навесная универсальная, гимнастические скамейки, кольца баскетбольные, щиты баскетбольные, рамы для выноса баскетбольного щита, сетки баскетбольные, мячи б/больные, стойки волейбольные, защита на в/больные стойки, антенны волейбольные с карманами, в/больные мячи. Спортивный инвентарь кафедры: тренажеры для занятий атлетической гимнастикой, маты гимнастические канат для лазания, канат для перетягивания, борцовский ковер, скакалки, палки гимнастические, мячи для метания, гантели (разные), гири - 16, 24, 32 кг, секундомеры, весы напольные, ростомер, динамометры, приборы для измерения давления; мячи мини -футбола, стартовые флажки, флажки красные и белые, палочки эстафетные, гранаты для метания, нагрудные номера, тумбы «Старт - Финиш», рулетка металлическая, мерный шнур, секундомеры, мячи футбольные, сетка для переноса мячей, лыжи беговые, ботинки лыжные, палки, санки рулевые и «плюшки» для катания с гор палки для скандинавской ходьбы, коньки с ботинками, электрозаточка для коньков
Самостоятельная работа	Компьютерный класс: А 1-19, А 1-06; Библиотека: компьютерный класс 1-06, Читальный зал (ЧЗ) библиотеки Парты, учебно-методическая литература, компьютерная

9. Методические рекомендации для обучающихся по освоению дисциплины

9.1. Методические рекомендации для обучающихся

Студенты должны пройти врачебные обследования, которые осуществляются в начале учебного года. Первичное медицинское обследование на первом курсе и повторное - на втором и третьем курсах.

Обязательно дополнительные врачебные обследования перед спортивными соревнованиями, после перенесенных заболеваний, травм или длительных перерывов в занятиях физическими упражнениями.

Студенты, не прошедшие медицинское обследование, к практическим учебным занятиям по учебной дисциплине не допускаются.

При освоении дисциплины важно организовать контроль за состоянием здоровья студента в процессе учебно-тренировочных занятий, за санитарно-гигиеническими условиями и состоянием мест занятий, за соблюдением гигиенических требований (одежда, обувь, режим питания, сна и т.д.), а также профилактика травматизма.

Для проведения практических занятий студенты распределяются в учебные отделения: основное, подготовительное, специальное. Распределение в учебные отделения проводится в начале учебного года с учетом пола, состояния здоровья (медицинского заключения), физического развития, физической и спортивной подготовленности, а так же интересов студента.

Для инвалидов и лиц с ОВЗ устанавливается особый порядок освоения дисциплины (модулей) с учетом состояния здоровья студентов (согласно п. 2.3 ФГОС ВО 3++) (http://www.kgau.ru/new/all/uvr/uvr/pol_io.pdf).

Сдача промежуточной аттестации (зачета) происходит по рейтинго-модульной системе.

9.2. Методические указания по дисциплине для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Для организации занятий с лицами с ограниченными возможностями, требуется подготовка справочно-информационного материала по следующим категориям, представленными в таблице 13:

Примеры справочно-информационных материалов для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в одной из форм, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации.

Таблица 13

Категории студентов	Формы
С нарушением слуха	<ul style="list-style-type: none"> • в печатной форме; • в форме электронного

	документа;
С нарушением зрения	в печатной форме, увеличенных шрифтом; <ul style="list-style-type: none"> • в форме электронного документа; • в форме аудиофайла;
С нарушением опорно-двигательного аппарата	<ul style="list-style-type: none"> • в печатной форме; • в форме электронного документа; • в форме аудиофайла.

Для организации практических занятий рекомендуем:

- применение индивидуальных программ физической реабилитации в зависимости от особенностей студента с ограниченными возможностями здоровья;
- использование средств и методов, направленных на восстановление и развитие функций организма, полностью или частично утраченных студентом после болезни, травмы;
- обучение новым способам и видам двигательной деятельности; использование средств для развития компенсаторных функций, в том числе и двигательных, при наличии врожденных патологий;
- средств для предупреждения прогрессирования заболевания или физического состояния студента;
- обеспечение психолого-педагогической помощи студентам с отклонениями в состоянии здоровья, использование на занятиях методик психоэмоциональной разгрузки и саморегуляции, формирование позитивного психоэмоционального настроения;
- проведение занятий с включением студентов с ограниченными возможностями в совместную со здоровыми студентами физкультурно-рекреационную деятельность, то есть в инклюзивную физическую рекреацию.
- подготовку студентов с ограниченными возможностями здоровья для участия в соревнованиях.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

В освоении дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья большое значение имеет индивидуальная работа. Под индивидуальной работой подразумевается две формы взаимодействия с преподавателем: индивидуальная учебная работа (консультации), т.е. дополнительное разъяснение учебного материала и углубленное изучение материала с теми обучающимися, которые в этом заинтересованы, и индивидуальная воспитательная работа. Индивидуальные консультации по предмету являются важным фактором, способствующим индивидуализации обучения и установлению воспитательного контакта между преподавателем

и обучающимся инвалидом или обучающимся с ограниченными возможностями здоровья.

ПРОТОКОЛ ИЗМЕНЕНИЙ РПД

Дата	Раздел	Изменения	Комментарии

Программу разработали:

ФИО, ученая степень, ученое звание

(подпись)

ФИО, ученая степень, ученое звание

(подпись)

РЕЦЕНЗИЯ

На рабочую программу по дисциплине «Физическая культура» специальности среднего профессионального образования по специальности подготовки 35.02.14 «Охотоведение и звероводство», квалификация: «охотовед». Разработанную ст.преподавателем кафедры физической культуры ФГБОУ ВО Красноярского ГАУ Полиенко И.Н., доцентом Ивановой Т.С.

Представленная на рецензирование рабочая программа по дисциплине «Физическая культура» разработана в соответствии с требованиями ФГОС СПО и включает в себя: требования к дисциплине, цели, задачи дисциплины, ее структуру и содержание, учебно-методическое и информационное обеспечение.

Дисциплина «Физическая культура» является частью общего гуманитарного и социально-экономического цикла дисциплин по специальности подготовки 35.02.14 «Охотоведение и звероводство», квалификация: «охотовед». Физическая культура играет важную роль в обеспечении здоровья студенческой молодежи и привлечения ее к здоровому образу жизни для дальнейшей полноценной социальной и профессиональной деятельности. В программу включены модули по теоретическому разделу и самостоятельной работе студентов. В полном объеме представлена необходимая литература: основная и дополнительная.

В рабочей программе приведены критерии оценки знаний, умений, навыков и компетенций, приобретаемых в ходе изучения дисциплины, путем применения балльно - рейтинговой системы оценки знаний. В целом, рабочая программа по дисциплине «Физическая культура» по специальности подготовки 35.02.14 «Охотоведение и звероводство», квалификация: «охотовед», отвечает требованиям, предъявляемым к подобному роду разработкам, и рекомендуется для использования в учебном процессе.

Рецензент: доцент кафедры
физической культуры
ИФКС и Т СФУ



Иванов Н.А.