

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Волхонов Михаил Станиславович  
Должность: Врио ректора  
Дата подписания: 17.05.2021 16:17:05  
Уникальный программный ключ:  
b2dc75470204bc2bfec58d577a1b983ee223ea27559d45aa8c272df0610c6c81

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ДЕПАРТАМЕНТ НАУЧНО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ ПОЛИТИКИ И ОБРАЗОВАНИЯ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«КОСТРОМСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ»

Согласовано с председателем методической комиссии экономического факультета 10.12.2015.  
Утверждено деканом экономического факультета 10.12.2015 (с изменениями, утвержденными деканом, от 08.06.2016, 1.06.2017, 28.08.2017, 13.06.2018, 11.06.2019, 10.06.20).

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

Направление подготовки (специальность) ВО	<u>38.03.01 Экономика</u>
Направленность (специализация)/ профиль	<u>«Бухгалтерский учет, анализ и аудит»</u>
Квалификация выпускника	<u>бакалавр</u>
Форма обучения	<u>очная</u>
Срок освоения ОПОП ВО	<u>4 года</u>

Караваево 2015

## **1. Цель освоения дисциплины**

Целью освоения дисциплины «**Адаптивная физическая культура**» является: формирование физической культуры личности и способности методически обоснованно и целенаправленно использовать средства физической культуры, позволяющие сформировать индивидуальную здоровьесберегающую жизнедеятельность, обеспечивающую его социальную мобильность, профессиональную надежность и устойчивость на рынке труда.

### **1.1. Область профессиональной деятельности** включает:

- экономические, финансовые, маркетинговые, производственно-экономические и аналитические службы организаций различных отраслей, сфер и форм собственности;
- финансовые, кредитные и страховые учреждения;
- органы государственной и муниципальной власти;
- академические и ведомственные научно-исследовательские организации;
- учреждения системы высшего и среднего профессионального образования, среднего общего образования, системы дополнительного образования.

**1.2. Объектами профессиональной деятельности** являются поведение хозяйствующих агентов, их затраты и результаты, функционирующие рынки, финансовые и информационные потоки, производственные процессы.

**1.3. Виды профессиональной деятельности**, к которым готовятся выпускники, освоившие программу бакалавриата: аналитическая, научно-исследовательская (основной), расчетно-экономическая; учетная (дополнительные).

## **2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО**

**2.1.** Дисциплина (модуль) « **Адаптивная физическая культура** » относится к вариативной части Блока 1.

**2.2.** Для изучения данной учебной дисциплины необходимы следующие входные знания, умения и навыки формируемые **предшествующими дисциплинами:**

*школьной программой предмета «Физическая культура»*

Знания: роль и значение физической культуры в развитии общества и человека.

Умения: выполнять физические упражнения общеразвивающей и оздоровительной направленности.

Навыки: самоконтроля при проведении занятий физическими упражнениями.

**2.3. Перечень последующих учебных дисциплин**, для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной:

- *НИР;*
- *Государственная итоговая аттестация.*
- *безопасность жизнедеятельности.*

## **3. Конечный результат обучения**

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими **компетенциями:**

### **3.1. Общекультурными компетенциями (ОК):**

- способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8).

**3.2. Общепрофессиональные компетенции (ОПК):** не предусмотрены.

**3.3. Профессиональные компетенции (ПК):** не предусмотрены.

**В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:**

- **знать:** роль оптимальной двигательной активности в повышении функциональных и двигательных возможностей организма человека, работоспособности, в укреплении и поддержании здоровья, общей и профессиональной работоспособности; методику самостоятельного использования средств физического воспитания для рекреации в процессе учебной и профессиональной деятельности;

- **уметь:** самостоятельно методически правильно использовать средства и методы физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма, укрепления здоровья, коррекции физического развития и телосложения; использовать систематические занятия физическими упражнениями, различными видами спорта для достижения должного

уровня физической подготовленности, формирования и развития психических качеств и свойств личности, необходимых в социально-культурной и профессиональной деятельности; методически обоснованно применять физические упражнения и другие средства для обеспечения требуемого уровня профессиональной работоспособности и предупреждения профессиональных заболеваний и травматизма; применять средства физического воспитания и отдельных видов спорта для обеспечения профессиональной надежности специалиста при выполнении профессиональных видов работ;

- **владеть:** навыками выполнения физических упражнений отдельных видов спорта (бег, гимнастика, прыжки, лыжные гонки, фитнес, спортивные и подвижные игры), необходимых для полноценной социальной и профессиональной деятельности, навыками самоконтроля в занятиях физическими упражнениями.

#### 4. Структура дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 часов.

**Форма промежуточной аттестации: зачет.**

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам			
		2 семестр	3 семестр	4 семестр	
Контактная работа – всего	198				
в том числе:					
Лекции (Л)	8	4	4		
Практические занятия (Пр)	190	66	58	66	
Семинары (С)					
Лабораторные работы (Лаб)					
Консультации (К)					
Курсовой проект (работа)	КП				
	КР				
Самостоятельная работа студента (СР) (всего)	130	40	48	42	
в том числе:					
Курсовой проект (работа)	КП				
	КР				
<i>Другие виды СРС:</i>					
Реферативная работа					
Подготовка к практическим занятиям					
Самостоятельное изучение учебного материала (в том числе самостоятельные физкультурно-оздоровительные занятия)	130	40	48	42	
Форма промежуточной аттестации	зачет (З)*	Зачет	Зачет	Зачет	
	экзамен (Э)*				
Общая трудоемкость / контактная работа	часов	328	110	110	108
	зач. ед.	-	-	-	-

\* – часы используются для подготовки к контрольным испытаниям в течение семестра

## 5. Содержание дисциплины

### 5.1. Разделы дисциплины, виды учебной деятельности и формы контроля

№ п/п	№ семестра	Наименование раздела (темы) дисциплины	Вид учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов (в часах)					Форма текущего контроля успеваемости
			Л	Пр	К/КР/КП	СР	всего	
1	2	Социально–биологические основы адаптивной физической культуры	2				2	Тестирование
2	2	Значение физической культуры в профилактике заболеваний	2				2	Тестирование
3	2	Общая физическая подготовка: развитие общей выносливости		20		10	30	Контроль уровня развития основных физических качеств
4	2	Фитнес: комплексное развитие физических качеств		40		10	50	Техника выполнения
5	2	Лечебная физическая культура: комплексы ЛФК при заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата		6		20	26	Разработка комплекса ЛФК
		<b>Всего во 2 семестре:</b>	<b>4</b>	<b>66</b>		<b>40</b>	<b>110</b>	
6	3	Основы здорового образа жизни	2				2	Тестирование
7	3	Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Профессионально-прикладная физическая культура.	2				2	Тестирование
8	3	Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применение средств адаптивной физической культуры для их направленной коррекции		4		4	8	Опрос
9	3	Общая физическая подготовка: развитие гибкости, силовой выносливости, общей выносливости		24		14	38	Контроль уровня развития основных физических качеств
10	3	Фитнес: комплексы для развития гибкости и силовой выносливости		20		10	30	Техника выполнения
11	3	Лечебная физическая культура: комплексы ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой и дыхательной систем, нарушениях зрения		6		20	26	Разработка комплекса ЛФК

№ п/п	№ семестра	Наименование раздела (темы) дисциплины	Вид учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов (в часах)					Форма текущего контроля успеваемости
			Л	Пр	К/КР/КП	СР	всего	
12	3	Стрельба из пневматической винтовки		4			4	Стрельба из положения сидя
		<b>Всего в 3 семестре:</b>	<b>4</b>	<b>58</b>		<b>48</b>	<b>110</b>	
13	4	Методика круговой тренировки		4			4	Опрос
14	4	Методика планирования и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями кондиционной направленности		4		4	8	Опрос
15	4	Методы самоконтроля физического развития и функционального состояния		4		4	8	Опрос
16	4	Общая физическая подготовка: комплексное развитие основных физических качеств		26		14	40	Контроль уровня развития основных физических качеств
17	4	Фитнес: программы самостоятельных занятий комплексной направленности		26		14	40	Техника выполнения
18	4	Лечебная физическая культура: комплексы дыхательной гимнастики		2		6	8	Разработка комплекса дыхательной гимнастики
		<b>Всего в 4 семестре:</b>		<b>66</b>		<b>42</b>	<b>108</b>	
		<b>ИТОГО:</b>	<b>8</b>	<b>190</b>		<b>130</b>	<b>328</b>	

## 5.2. Практические занятия

№ п/п	№ семестра	Наименование раздела (темы) дисциплины	Наименование практических работ	Всего часов
3	2	Общая физическая подготовка: развитие общей выносливости	Оздоровительная ходьба Оздоровительный бег Аэробика	10 4 6
4	2	Фитнес: комплексное развитие физических качеств	Комплексы упражнений без снарядов Комплексы упражнений со снарядами Комплексы упражнений в партере	14 10 16
5	2	Лечебная физическая культура: комплексы ЛФК при заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата	Комплексы ЛФК при сколиозе Комплексы ЛФК при остеохондрозе Комплексы ЛФК при артрозе	2 2 2
8	3	Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применение средств адаптивной физической культуры для их направленной коррекции	Определение ЧСС в покое и во время занятий физическими упражнениями; проведение ортостатической пробы, пробы Руффье. Методика применения средств физической культуры для повышения и поддержания работоспособности Проведение опроса по данной теме	2  1 1
9	3	Общая физическая подготовка: развитие гибкости, силовой выносливости, общей выносливости	Динамическое и статическое растягивание. Активное и пассивное растягивание Комплексы силовой гимнастики Оздоровительная ходьба Оздоровительный бег	4  6 10 4
10	3	Фитнес: комплексы для развития гибкости и силовой выносливости	Комплексы упражнений в партере для развития гибкости Комплексы упражнений с фит-боллом, с гантелями	10 10
11	3	Лечебная физическая культура: комплексы ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой и дыхательной систем, нарушениях зрения	Комплексы ЛФК при ВСД и гипертонии Комплексы ЛФК при заболеваниях дыхательной системы Методика занятий при заболеваниях органов зрения	3 3 3
12	3	Стрельба из пневматической винтовки	Техника стрельбы из положения сидя Стрельба на результат	2 2
13	4	Методика круговой тренировки	Круговая тренировка для развития силовой выносливости Опрос по данной теме	3,5 0,5
14	4	Методика планирования и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями кондиционной направленности	Формы занятий кондиционной направленности. Принципы планирования самостоятельных занятий. Содержание занятий кондиционной направленности, средства и методы физической культуры, направленные на решение оздоровительных задач и	3,5

№ п/п	№ семестра	Наименование раздела (темы) дисциплины	Наименование практических работ	Всего часов
			повышение работоспособности Опрос по данной теме	0,5
15	4	Методы самоконтроля физического развития и функционального состояния	Измерение основных антропометрических показателей. Методы оценки функционального состояния. Контрольные испытания для определения уровня физического развития Опрос по данной теме	2  1  1
16	4	Общая физическая подготовка: комплексное развитие основных физических качеств	Практические занятия комплексной направленности, включающие средства развития гибкости, общей выносливости (оздоровительная ходьба и бег) и силовой выносливости (силовая гимнастика, включающая упражнения на все основные мышечные группы)	26
17	4	Фитнес: программы самостоятельных занятий комплексной направленности	Комплексы фитнеса для занятий в домашних условиях (со снарядами, без снарядов), включающие аэробные упражнения, силовые упражнения и стрейчинг	26
18	4	Лечебная физическая культура: комплексы дыхательной гимнастики	Значение дыхательных упражнений для сохранения и укрепления здоровья. Методика занятий дыхательной гимнастикой.	2
		<b>ИТОГО:</b>		<b>190</b>

### 5.3. Примерная тематика курсовых проектов (работ)

Не предусмотрены

#### 5.4. Самостоятельная работа студента

№ п/п	№ семестра	Наименование раздела (темы) дисциплины	Виды СР	Всего часов
3	2	Общая физическая подготовка: развитие общей выносливости	Оздоровительная ходьба, оздоровительный бег	10
4	2	Фитнес: комплексное развитие физических качеств	Комплексы упражнений без снарядов Комплексы упражнений в партере	6 4
5	2	Лечебная физическая культура: комплексы ЛФК при заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата	Изучение учебного материала, разработка комплекса ЛФК в соответствии со своими индивидуальными особенностями Занятия лечебной гимнастикой по индивидуальной программе	10 10
ИТОГО часов во 2 семестре:				40
8	3	Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применение средств адаптивной физической культуры для их направленной коррекции	Изучение учебного материала, подготовка к опросу	4
9	3	Общая физическая подготовка: развитие гибкости, силовой выносливости, общей выносливости	Динамическое и статическое растягивание Силовая гимнастика. Оздоровительная ходьба, бег	2 2 10
10	3	Фитнес: комплексы для развития гибкости и силовой выносливости	Комплексы упражнений в партере для развития гибкости Комплексы силовых упражнений без снарядов, с фит-боллом, с гантелями	4 6
11	3	Лечебная физическая культура: комплексы ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой и дыхательной систем, нарушениях зрения	Изучение учебного материала, разработка комплекса ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой или дыхательной систем, или при нарушениях зрения. Занятия лечебной гимнастикой по индивидуальной программе	10 10
ИТОГО часов в 3 семестре:				48
14	4	Методика планирования и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями кондиционной направленности	Изучение учебного материала, подготовка к опросу	4
15	4	Методы самоконтроля физического развития и функционального состояния	Изучение учебного материала, подготовка к опросу	4



№ п/п	№ семестра	Наименование раздела (темы) дисциплины	Виды СР	Всего часов
16	4	Общая физическая подготовка: комплексное развитие основных физических качеств	Занятия в спортивном зале и на открытых площадках, направленные комплексное развитие основных физических качеств	14
17	4	Фитнес: программы самостоятельных занятий комплексной направленности	Комплексы фитнеса со снарядами, без снарядов, включающие аэробные упражнения, силовые упражнения и стрейчинг	14
18	4	Лечебная физическая культура: комплексы дыхательной гимнастики	Изучение учебного материала, разработка комплекса дыхательной гимнастики	6
ИТОГО часов в 4 семестре:				42

### 5.2.2. График работы студента

График работы студента представлен в рейтинг-плане по дисциплине «Адаптивная физическая культура».

### 6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

Оценочные средства представлены в фонде оценочных средств по дисциплине.

## 7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 7.1 Основная литература:

№ п/п	Наименование	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы	Используется при изучении разделов	Семестр	Количество экземпляров	
					в библиотеке	на кафедре
1	Курс лекций для с.-х. вузов	<b>Физическая культура</b> [Текст] : курс лекций: для студентов с.-х. вузов / Антонов М.Ф.; Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта. - 2-е изд., перераб. и доп. - Кострома : КГСХА, 2010. - 158 с.	1-18	1-4	95	8
2	Курс лекций для с.-х. вузов	<b>Физическая культура</b> [Электронный ресурс]: курс лекций для студентов с.-х. вузов / Антонов М.Ф.; Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта. - 2-е изд., перераб. и доп. - Электрон. дан. - Кострома : КГСХА, 2010. - 1 электрон. опт. диск.	1-18	1-4	Неограниченный доступ	

### 7.2 Дополнительная литература:

№ п/п	Наименование	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы	Используется при изучении разделов	Семестр	Количество экземпляров	
					в библиотеке	на кафедре
1	Учебник	<b>Физическая культура студента</b> [Текст]: Учебник / Ильинич В.И., ред. - М. : Гардарики, 1999. - 448 с	1-18	1,4	8	
2	Учебник для вузов	<b>Теория и методика физической культуры</b> [Текст] : учебник для вузов / Курамшин Ю.Ф., ред. - 2-е изд., испр. - М. Советский Спорт, 2004. - 464 с.	1-18	1,4	4	
3	Учебник для вузов	<b>Дубровский, В.И.</b> Лечебная физическая культура [Текст]: учебник для вузов / В.И. Дубровский. - 3-е изд., испр. и доп. - М. : ВЛАДОС, 2004. - 624 с.: ил.	1-18	3,4	1	
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
4	Учебное пособие для вузов	<b>Ланда, Б.Х.</b> Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности [Текст]: учеб. пособие для вузов / Б. Х. Ланда. - 3-е изд. - М.: Советский Спорт, 2006. - 208 с.: ил.	1-18	4	1	
5	Учебное пособие	<b>Ильинич, В.И.</b> Студенческий спорт и жизнь [Текст]: Учеб. пособие для вузов / В. И. Ильинич. - М. : Аспект Пресс, 1995. - 144 с.	1-18	5	4	
6	Учебное	<b>Холодов, Ж.К.</b> Теория и методика	1-18	1-6	1	

№ п/п	Наименование	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы	Используется при изучении разделов	Семестр	Количество экземпляров	
					в библиотеке	на кафедре
	пособие для вузов	физического воспитания и спорта [Текст]: Учеб. пособие для вузов / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: Академия, 2003.-480 с.				
7	Учебно-методическое пособие	<b>Атлетическая подготовка студентов</b> [Текст]: учеб.-метод. пособие для студентов 1 - 3 курсов всех спец. очной формы обучения / Якунин Ю.И. ; Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта. - Кострома : КГСХА, 2011. - 46 с.	5, 10, 12, 14, 16, 18	1-4	96	2
8	Учебно-методическое пособие	<b>Атлетическая подготовка студентов</b> [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие для студентов 1 - 3 курсов всех спец. очной формы обучения / Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта ; Якунин Ю.И. - Электрон. дан. - Кострома : КГСХА, 2011. - 1 электрон. опт. диск.	5, 10, 12, 14, 16, 18	1-4	Неограниченный доступ	
9	Учебник	<b>Коваль, В.И.</b> Гигиена физического воспитания и спорта [Текст]: учебник для вузов / В. И. Коваль, Т.А.Родионова. - М.: Академия, 2010. - 320 с.	1-18	1-4	2	
10	Учебное пособие для вузов	<b>Вайнбаум, Е.С.</b> Гигиена физического воспитания и спорта [Текст] : Учеб. пособие для вузов / Е. С. Вайнбаум, В. И. Коваль, Т. А. Родионова. - М. : Академия, 2003. - 240 с.	1-18	1-4	1	
11	Учебное пособие для вузов	<b>Олимпийский учебник студента</b> [Текст]: Учеб. пособие для вузов / Родиченко В.С. [и др.]. - М. : Советский спорт, 2003. - 128 с.: ил. - (Быстрее, выше, сильнее!). - ISBN 5-85009-732-5 : 140-00.	1-18	1-4	3	
12	Учебное пособие для вузов	<b>Олимпийский учебник студента</b> [Текст]: Учеб. пособие для формирования системы олимпийского образования в нефизкультурных высших учебных заведениях / Родиченко В.С. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. Советский спорт, 2004. - 128 с.	1-18	1-4	1	
13	Методические рекомендации	<b>Использование методов круговой тренировки на занятиях физической культурой</b> [Текст] : метод.	16	4	1	2

№ п/п	Наименование	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы	Используется при изучении разделов	Семестр	Количество экземпляров	
					в библиотеке	на кафедре
		рекомендации для студентов всех специальностей /Кривошеева В.Б.; Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта. - Кострома : КГСХА, 2007. - 34 с.				
14	Учебно-методическое пособие	<b>Путин, В.В.</b> Дзюдо: история, теория, практика [Текст] : Учеб.-метод. пособие / В. В. Путин, В. Б. Шестаков, А. Г. Левицкий. - Архангельск : Издательский Дом "СК", 2000. - 154 с. : ил.	15	4	8	
15	Учебное пособие для вузов	<b>Курьсь, В.Н.</b> Основы силовой подготовки юношей [Текст]: учеб. пособие для вузов / В. Н. Курьсь. - М. : Советский спорт, 2004. - 264 с.: ил.	5, 10, 12, 14, 16, 18	1-4	1	
16	Учебник	<b>Ким, Н.К.</b> Фитнес [Текст]: учебник / Н. К. Ким, М. Б. Дьяконов. - М. : Советский Спорт, 2006. - 454 с.: ил.	5, 10, 14, 18	1-4	1	
17	Учебник для вузов	<b>Барчукова, Г.В.</b> Теория и методика настольного тенниса [Текст]: учебник для вузов / Г. В. Барчукова, В. М. Богушас, О. В. Матыцин. - М.: Академия, 2006. - 528 с.	9, 14	2,3	1	
18	Учебно-методическое пособие	<b>Начальная стрелковая подготовка</b> [Текст]: учеб.-метод. пособие для студентов всех специальностей / Якунин Ю.И. ; Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта. - Кострома : КГСХА, 2008. - 46 с.	9	2	2	6
19	Учебно-методическое пособие	<b>Начальная стрелковая подготовка</b> [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие для студентов всех специальностей/ Якунин Ю.И.; Костромская ГСХА. Каф. физ. воспит. и спорта. - Электрон. дан. - Кострома : КГСХА, 2008. - 1 электрон. опт. диск	9	2	Неограниченный доступ	
20	Учебное пособие	<b>Методика развития выносливости</b> [Текст] : учеб. пособие для студентов всех спец. очной формы обучения / Якунин Ю.И.; Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта. - Кострома: КГСХА, 2010. - 46 с.	3, 6, 12, 16	3, 6	50	2
21	Методические рекомендации	<b>Организация самостоятельных занятий оздоровительной направленности</b> [Текст]: метод.	6	2	2	2

№ п/п	Наименование	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы	Используется при изучении разделов	Семестр	Количество экземпляров	
					в библиотеке	на кафедре
		рекомендации для студентов I - II курсов всех специальностей / Токмакова О.Н.; Кривошеева В.Б.; Фролов Н.А. ; Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта. - Кострома: КГСХА, 2009. - 60 с.				
22	Методические рекомендации	<b>Организация самостоятельных занятий оздоровительной направленности</b> [Электронный ресурс] : метод. рекомендации для студентов I-II курсов всех специальностей / Токмакова О.Н. ; Кривошеева В.Б. ; Фролов Н.А. ; Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта. - Электрон. дан. - Кострома : КГСХА, 2009. - 1 электрон. опт. диск	6	2	Неограниченный доступ	
23	Методические рекомендации	<b>Организация самостоятельных занятий с отягощениями для коррекции фигуры</b> [Текст]: метод. рекомендации для студентов всех специальностей / Кривошеева В.Б. ; Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта. - Кострома : КГСХА, 2010. - 42 с.	5, 10, 12, 14, 16, 18	1-4	16	2
24	Методические рекомендации	<b>Организация самостоятельных занятий с отягощениями для коррекции фигуры</b> [Электронный ресурс] : метод. рекомендации для студентов всех специальностей / Кривошеева В.Б. ; Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта. - Электрон. дан. - Кострома : КГСХА, 2010. - 1 электрон. опт. диск.	5, 10, 12, 14, 16, 18	1-4	Неограниченный доступ	
25	Методические рекомендации	<b>Степ-аэробика в системе физической подготовки студентов</b> [Текст]: метод. рекомендации для студентов 1 -3 курсов всех специальностей / Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта ; Говоркова Л.А. - Кострома : КГСХА, 2012. - 18 с.	5, 10, 14, 18	1-4	96	2
26	Методические рекомендации	<b>Степ-аэробика в системе физической подготовки студентов</b> [Электронный ресурс]: метод. рекомендации для студентов 1 -3 курсов всех специальностей / Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта ; Говоркова Л.А. - Электрон. дан. -	5, 10, 14, 18	1-4	Неограниченный доступ	

№ п/п	Наименование	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы	Используется при изучении разделов	Семестр	Количество экземпляров	
					в библиотеке	на кафедре
		Кострома : КГСХА, 2012. - 1 электрон. опт. диск.				
27	Методические рекомендации	<b>Методика обучения технике и тактике игры в волейбол</b> [Текст] : метод. рекомендации для студентов 1 - 3 курсов всех специальностей / Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта ; Кудрякова И.В. - Кострома : КГСХА, 2012. - 50 с.	4, 8, 13, 17	1-4	194	2
28	Методические рекомендации	<b>Методика обучения технике и тактике игры в волейбол</b> [Электронный ресурс]: метод. рекомендации для студентов 1 - 3 курсов всех специальностей / Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта ; Кудрякова И.В. - Электрон. дан. - Кострома : КГСХА, 2012. - 1 электрон. опт. диск.	4, 8, 13, 17	1-4	Неограниченный доступ	
29	Методические рекомендации	<b>Основы обучения игры в шахматы</b> [Текст]: метод. рекомендации для студентов 1 3 курсов всех специальностей / Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта ; Зорихин Д.Л. ; Фролов Н.А. ; Фролов И.И. - Караваево : Костромская ГСХА, 2014. - 64 с.	15	4	22	2
30	Методические рекомендации	<b>Основы обучения игры в шахматы</b> [Электронный ресурс]: метод. рекомендации для студентов 1 3 курсов всех специальностей / Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта ; Зорихин Д.Л. ; Фролов Н.А. ; Фролов И.И. - // Учебно-методические издания факультета ветеринарной медицины и зоотехнии. - КГСХА, 2014.	15	4	Неограниченный доступ	
31	Учебно-методическое пособие	<b>Организационно-методические основы подготовки спортсменов в гиревом спорте</b> [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие для студентов, специализирующихся по гиревому спорту / Костромская ГСХА. Каф. физического воспитания и спорта ;	15	4	Неограниченный доступ	

№ п/п	Наименование	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы	Использу ется при изучении разделов	Сем естр	Количество экземпляров	
					в библи- отеке	на кафе- дре
		Антонов М.Ф. // Учебно-методические издания факультета ветеринарной медицины и зоотехнии. - КГСХА, 2014				
32	Методические рекомендации	<b>Методика развития гибкости</b> [Электронный ресурс] : метод. рекомендации для студентов 1-3 курсов специальной и основной медицинской группы всех специальностей / Костромская ГСХА, каф. физического воспитания и спорта; Дрепелев Р.А. Дрепелева О.П. // Учебно-методические издания факультета ветеринарной медицины и зоотехнии. - КГСХА, 2014	3, 6, 12, 16	3, 6	Неограничен ный доступ	

### 7.3 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

<p><b>Наименование электронно-библиотечной системы, предоставляющей возможность круглосуточного дистанционного индивидуального доступа для каждого обучающегося из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет, адрес в сети Интернет / базы данных</b></p>	<p><b>Сведения о правообладателе электронно-библиотечной системы, базы данных и заключенном с ним договоре, включая срок действия заключенного договора</b></p>	<p><b>Сведения о наличии зарегистрированной в установленном порядке базе данных материалов электронно-библиотечной системы и / или Сведения о наличии зарегистрированного в установленном порядке электронного средства массовой информации</b></p>	<p><b>Наличие возможности одновременного индивидуального доступа к электронно-библиотечной системе, в том числе одновременного доступа к каждому изданию, входящему в электронно-библиотечную систему, не менее чем для 25 процентов обучающихся по каждой из форм получения образования</b></p>
<p>Электронно-библиотечная система издательства «Лань» <a href="http://e.lanbook.com">http://e.lanbook.com</a></p>	<p>ООО «ЭБС Лань» Договор № 56/20 от 16.03.2020 действует до 21.03.2021; Соглашение о сотрудничестве №20/56 от 21.03.2020 до 21.03.2021; Договор № СЭБ НВ-171 от 23.12.2019 действует до 31.12.2022</p>	<p>Свидетельство о государственной регистрации базы данных № 2011620038 от 11.01.2011 «Издательство Лань. Электронно-библиотечная система» / Свидетельство о регистрации СМИ ЭЛ № ФС77-42547 от 03.11.2010</p>	<p>Возможен одновременный индивидуальный неограниченный доступ к каждому изданию, входящему в электронно-библиотечные системы без ограничений</p>
<p>Научная электронная библиотека <a href="http://www.eLibrary.ru">http://www.eLibrary.ru</a></p>	<p>ООО НАУЧНАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ БИБЛИОТЕКА Лицензионное соглашение от 31.03.2017, без ограничения срока</p>	<p>Свидетельство о государственной регистрации базы данных № 2010620732 от 14.12.2010 «Электронно-библиотечная система eLibrary», правообладатель ООО «РУНЭБ» / Свидетельство о регистрации СМИ ЭЛ № ФС77-42487 от 27.10.2010</p>	
<p>Polpred.com Обзор СМИ <a href="http://polpred.com">http://polpred.com</a></p>	<p>ООО «ПОЛПРЕД Справочники». Соглашение от 29.03.2019</p>	<p>Свидетельство о государственной регистрации базы данных № 2010620535 от 21.09.2010 ООО «ПОЛПРЕД Справочники» /</p>	



<p><b>Наименование электронно-библиотечной системы, предоставляющей возможность круглосуточного дистанционного индивидуального доступа для каждого обучающегося из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет, адрес в сети Интернет / базы данных</b></p>	<p><b>Сведения о правообладателе электронно-библиотечной системы, базы данных и заключенном с ним договоре, включая срок действия заключенного договора</b></p>	<p><b>Сведения о наличии зарегистрированной в установленном порядке базе данных материалов электронно-библиотечной системы и / или Сведения о наличии зарегистрированного в установленном порядке электронного средства массовой информации</b></p>	<p><b>Наличие возможности одновременного индивидуального доступа к электронно-библиотечной системе, в том числе одновременного доступа к каждому изданию, входящему в электронно-библиотечную систему, не менее чем для 25 процентов обучающихся по каждой из форм получения образования</b></p>
		<p>Свидетельство о регистрации СМИ Эл № ФС77-42207 от 08.10.2010</p>	
<p>Электронная библиотека Костромской ГСХА <a href="http://lib.ksaa.edu.ru/marcweb">http://lib.ksaa.edu.ru/marcweb</a></p>	<p>НПО «ИнформСистема» Лицензионное соглашение № 070420080839 от 07.04.2008</p>	<p>Номер лицензии на использование программного продукта АБИС МАРК SQL 070420080839. Право использования принадлежит ФГБОУ ВО Костромской ГСХА</p>	
<p>Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» <a href="http://window.edu.ru">http://window.edu.ru</a></p>	<p>ФГАУ ГНИИ ИТТ «Информика». Некоммерческий продукт со свободным доступом</p>	<p>Свидетельство о регистрации СМИ Эл № 77 – 8044 от 16.06.2003</p>	
<p>База данных Scopus</p>	<p>Лицензиат ФГБУ «Государственная публичная научно-техническая библиотека России». Сублицензионный договор № SCOPUS/997 от 05.09.2019 Срок действия 01.01.2019-31.12.2019</p>		<p>Возможен локальный сетевой доступ</p>
<p>База данных Web of Science</p>	<p>Лицензиат ФГБУ «Государственная публичная научно-техническая библиотека</p>		<p>Возможен локальный сетевой доступ</p>

<p><b>Наименование электронно-библиотечной системы, предоставляющей возможность круглосуточного дистанционного индивидуального доступа для каждого обучающегося из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет, адрес в сети Интернет / базы данных</b></p>	<p><b>Сведения о правообладателе электронно-библиотечной системы, базы данных и заключенном с ним договоре, включая срок действия заключенного договора</b></p>	<p><b>Сведения о наличии зарегистрированной в установленном порядке базе данных материалов электронно-библиотечной системы и / или Сведения о наличии зарегистрированного в установленном порядке электронного средства массовой информации</b></p>	<p><b>Наличие возможности одновременного индивидуального доступа к электронно-библиотечной системе, в том числе одновременного доступа к каждому изданию, входящему в электронно-библиотечную систему, не менее чем для 25 процентов обучающихся по каждой из форм получения образования</b></p>
	<p>России». Сублицензионный договор №WoS/997 от 05.09.2019 Срок действия 01.01.2019-31.12.2019</p>		
<p>Национальная электронная библиотека <a href="http://нэб.рф">http://нэб.рф</a></p>	<p>ФГБУ «РГБ». Договор №101/НЭБ/1303 от 27.01.2016 с неограниченной пролонгацией ФГБУ «РГБ» Договор №101/НЭБ/1303-п от 23.05.2019 с неограниченной пролонгацией</p>	<p>Свидетельство о регистрации СМИ № 77-814 от 28.04.1999</p>	<p>Возможен одновременный индивидуальный неограниченный доступ к изданиям, подлежащим свободному использованию. Доступ к изданиям, охраняемым авторским правом, возможен из Электронного читального зала</p>
<p>Справочная Правовая Система «КонсультантПлюс»</p>	<p>ЗАО «Консультант Плюс» Договор № 105 от 14.02.2020</p>	<p>Свидетельство о регистрации СМИ Эл № ФС 77-42075 от 08.01.2003</p>	<p>Возможен локальный сетевой доступ</p>

#### 7.4. Лицензионное программное обеспечение

Наименование программного обеспечения	Сведения о правообладателе (лицензиат, номер лицензии, дата выдачи, срок действия) и заключенном с ним договоре
Windows Prof 7 Academic Open License	Майкрософт, 47105956, 30.06.2010, постоянная
Microsoft Office 2010 Russian Academic Open License	Майкрософт, 47105956, 30.06.2010, постоянная
Microsoft Windows SL 8.1 Russian Academic Open License	Майкрософт, 64407027, 25.11.2014, постоянная
Microsoft Office 2013 Russian Academic Open License	Майкрософт, 64407027, 25.11.2014, постоянная
Microsoft Exchange Standard 2007 Academic Device CAL	Майкрософт, 44794865, 13.11.2008, постоянная
Microsoft Windows Server Academic Device CALЭ	Майкрософт, 44794865, 13.11.2008, постоянная
Microsoft SQL Server Standard Edition Academic	Майкрософт, 44794865, 13.11.2008, постоянная
Microsoft Exchange Server Standard Edition Academic	Майкрософт, 44794865, 13.11.2008, постоянная
Microsoft Windows Terminal Svcs Device CAL	Майкрософт, 44794865, 13.11.2008, постоянная
Microsoft Windows Server Standard 2008 Academic	Майкрософт, 44794865, 13.11.2008, постоянная
Microsoft Windows Server Standard 2008 R2 Academic	Майкрософт, 48946846, 24.08.2011, постоянная
Microsoft Forefront TMG Standard 2010	Майкрософт, 48946846, 24.08.2011, постоянная
Microsoft Windows Server Standard 2012 Academic	Майкрософт, 61149292, 15.11.2012, постоянная
SunRavBookOffice	SunRavSoftware, 25.04.2012, постоянная
SunRavTestOfficePro	SunRavSoftware, 25.04.2012, постоянная
RengaArchitecture	АСКОН, ДЛ-15-00032, 10.05.2015, постоянная
КОМПАС-Автопроект, КОМПАС 3D V9	АСКОН, МЦ-14-00430, 01.01.2010, постоянная
Лица CanpAcademicSet	Лица, 623931176, 08.04.2009, постоянная
Autodesk Education Master Suite 2015	Autodesk, 555-70284370, 29.09.2015, постоянная
ARCHICAD 2016	ЕАО «Графисофт», 21.02.2017, постоянная
1С:Предприятие 8. Комплект для учебных заведений	ДС-Консалтинг, 05.06.2014, постоянная
Защищенный программный комплекс «1С Предприятие 8.2z»	ДС-Консалтинг, 07.04.2015, постоянная
НАС «СЕЛЭКС» – Молочный скот. Племенной учет в хозяйствах	ООО «ПЛИНОР», 17.08.2015, постоянная
Программное обеспечение «Антиплагиат»	АО «Антиплагиат», лицензионный договор №1553 от 25.09.2019, 1 год
Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 250-499Node 1 year Educational Renewal License	ООО «ДримСофт», лицензионный договор №44 от 14.02.2020, 1 год

## 8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

### 8.1. Требования к лекционным аудиториям:

№ п/п	Наименование дисциплины (модуля), практик в соответствии с учебным планом	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения
1.		Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа	Аудитория 531 Лекционная поточная аудитория, оснащенная специализированной мебелью и техническими средствами обучения.	Microsoft Windows SL 8.1 Russian Academic Open License 64407027, Microsoft Office 2010 Russian Academic Open License 47105980,
	Адаптивная физическая культура	Учебные аудитории для проведения лабораторно-практических занятий и занятий семинарского типа	Спортивный зал (30 * 15) м игровой, оснащен: баскетбольные щиты, футбольные ворота, волейбольная сетка, гимнастическая сетка, игровой инвентарь	
Зал атлетической гимнастики, оснащенный силовыми тренажерами, штангами, гантелями, гириями				
Зал фитнеса, оснащенный велотренажерами (3 шт.), тренажером беговая дорожка, гантелями, фитболами, бодибарами, обручами, степ-платформами, гимнастическими ковриками.				
Спортивный зал (16 * 16) м, оснащенный теннисными столами (4 шт), степ-платформами, медболами, гантелями, гимнастическими ковриками, игровым инвентарем, гантелями, штангами, тренажерами.				
Лыжная база, оснащенная 200-ми				

			комплектами лыжного инвентаря	
			Легкоатлетический манеж с беговой дорожкой 200 м Стадион: беговая дорожка 400 м	
		Учебные аудитории для курсового проектирования (выполнения курсовых работ) и самостоятельной работы	Аудитория 257, оснащенная специализированной мебелью и техническими средствами обучения. Бездисковые терминальные станции 12шт. с выходом в Интернет и ЭИОС ФГБОУ ВО Костромской ГСХА, Intel(R) Pentium(R) CPU G4600 @ 3.60GHz	Microsoft Windows SL 8.1 Russian Academic Open License 64407027, Microsoft Office 2010 Russian Academic Open License 47105956, Kaspersky Endpoint Security Standart Edition Educational
2	Помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования		Аудитория 440 Сервер RStyle , Сервер DEPO, Сервер IntelP4308, Компьютер i5/8G/1TB, Компьютер i5/8/500G, Компьютер i5/8/500G, Компьютер E6850/4/500G, Компьютер i5/4/500G	Microsoft Windows Server Standard 2008 Academic 44794865, Microsoft Windows Server Standard 2008 R2 Academic 48946846, Microsoft SQL Server Standard Edition Academic 44794865, Microsoft Office 2013 Russian Academic Open License, Windows Prof 7 Academic Open License 64407027,47105956
			Аудитория 117 Компьютер i7/4/500, Компьютер Celeron 2.8/512/360, Паяльная станция, осциллограф, мультиметр, микроскоп	Microsoft Office 2013 Russian Academic Open License, Windows Prof 7 Academic Open License 64407027,47105956

## 9. Кадровое обеспечение образовательного процесса

№ п/п	Наименование предмета, дисциплины в соответствии с учебным планом	Характеристика педагогических работников							
		фамилия, имя, отчество, должность по штатному расписанию	какое образовательное учреждение окончил, специальность (направление подготовки) по документу об образовании	ученая степень, ученое (почетное) звание, квалификационная категория	стаж работы			основное место работы, должность	условия привлечения к педагогической деятельности (штатный работник, внутренний совместитель, внешний совместитель, иное)
					всего	научно-педагогический	в т.ч. в организациях по направлению профессиональной деятельности		
1	<b>Адаптивная физическая культура</b>	Агафонов Андрей Романович, доцент	Костромской педагогический институт, история с дополнительной педагогика. Костромской ГУ, профессиональная переподготовка «Адаптивная физическая культура»	Канд. пед. наук	28	16	-	ФГБОУ ВО Костромская ГСХА, доцент	Штатный работник
2									

Рабочая программа дисциплины «Адаптивная физическая культура» составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 38.03.01 Экономика, профилю «Бухгалтерский учет, анализ и аудит».

Составитель (и):

Заведующий кафедрой физической культуры  
и спорта

Юрий  
Иванович  
Якунин

Подписано цифровой  
подписью: Юрий  
Иванович Якунин  
Дата: 2020.03.17  
13:09:08 +03'00'