Федеральное государственное образовательное бюджетное
учреждение высшего образования
«Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации»
(Финансовый университет)
Новороссийский филиал Финуниверситета

УТВЕРЖДАЮ

Директор Новороссийского
филиала
Финуниверситета



_____ Е.Н. Сейфиева

«28» мая 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА / АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)

Новороссийск - 2026

Рабочая программа учебной дисциплины «Физическая культура /Адаптивная физическая культура» разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее – ФГОС СПО) по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям).

Разработчики:

Ирицян Г.Э., д.фил.н., профессор кафедры «Информатика, математика и общегуманитарные науки» Новороссийского филиала Финуниверситета.

Мирзаев А.А., к.пед.н., доцент кафедры «Информатика, математика и общегуманитарные науки» Новороссийского филиала Финуниверситета.

Рабочая программа учебной дисциплины рассмотрена и рекомендована к утверждению на заседании кафедры «Информатика, математика и общегуманитарные науки».

Протокол №9 от 26.03.2026 г.

Заведующий кафедрой
«Экономика, финансы и менеджмент»  М.В. Корниенко

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ 4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ 7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ 10
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ 13

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1.Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Учебная дисциплина **СГ.04. Физическая культура /Адаптивная физическая культура** является обязательной частью социально-гуманитарного цикла общеобразовательной подготовки образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям).

1.2.Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

Целью дисциплины «Физическая культура / Адаптивная физическая культура» является формирование 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 профессиональной деятельности.

Дисциплина «Физическая культура / Адаптивная физическая культура» составлена для очной формы обучения, в том числе с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения (далее по тексту - ДОТ и ЭО), обеспечивает возможность обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. ДОТ и ЭО предусматривает возможность передачи информации в доступных для них формах.

Применение оптимизированной модели обучения (адаптивное обучение) зависит от потребностей, обучающихся (по медицинским показаниям) и имеющихся возможностей образовательной организации.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

– роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

– основы здорового образа жизни;

– условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;

– средства профилактики перенапряжения

Уметь:

– использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

– применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;

– пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности.

В результате освоения ОП у выпускника должны быть сформированы компетенции, установленные в соответствии ФГОС СПО.

Общие компетенции (ОК)

Код и наименование формируемых компетенций	***Умения***	***Знания***
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	- осуществлять коммуникации во всех сферах жизни на примере командных игр; - смягчать конфликты; - принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению; - оценивать качество своего вклада и каждого участника команды.	- преимущества командной работы; - невербальные средства общения; - предпосылки конфликтных ситуаций.
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; - применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; - пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности.	- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни; - условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; - средства профилактики перенапряжения.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Количество часов
Объем образовательной программы дисциплины	156
Объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем	118
в том числе:	
теоретическое обучение	2
практические занятия	116
лабораторные занятия	-
контрольные работы	-
Самостоятельная работа	38
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, семинарские занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Осваиваемые элементы компетенций
Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке	**Содержание учебного материала**	**44**	ОК 8
	Лекция 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся СПО	2	
	Практические занятия (семинар)		
	Занятия по специализациям: - лёгкая атлетика; - спортивные игры: баскетбол, волейбол, футбол; - занятия на тренажерах; - общая физическая подготовка (ОФП); - занятия с обучающимися специальной медицинской группы.	30	
	Самостоятельная работа		
	Изучение учебной литературы по основам физической культуры. Занятия в спортивных секциях, фитнес центрах, физическая активность.	12	
	Итого 1 семестр	**44**	
Тема 2. Легкая атлетика	**Содержание учебного материала**	**58**	ОК 8
	Практические занятия (семинар)		
	Занятия по специализациям: - лёгкая атлетика; - спортивные игры: баскетбол, волейбол, футбол; - занятия на тренажерах; - общая физическая подготовка (ОФП); - занятия с обучающимися специальной медицинской группы.	40	
	Самостоятельная работа		
	Изучение учебной литературы по основам физической культуры. Занятия в спортивных секциях, фитнес центрах, физическая активность.	18	

	Итого 2 семестр	**58**	
	Промежуточная аттестация –дифференцированный зачет		
Тема 3. Спортивные игры	**Содержание учебного материала**	**26**	ОК 4
	Практические занятия (семинар)		
	Занятия по специализациям: - лёгкая атлетика; - спортивные игры: баскетбол, волейбол, футбол; - занятия на тренажерах; - общая физическая подготовка (ОФП); - занятия с обучающимися специальной медицинской группы.	26	
	Итого 3 семестр	**26**	
Тема 4. Силовой тренинг, фитнес-гимнастика	**Содержание учебного материала**	**28**	ОК 8
	Практические занятия (семинар)		
	Занятия по специализациям: - лёгкая атлетика; - спортивные игры: баскетбол, волейбол, футбол; - занятия на тренажерах; - общая физическая подготовка (ОФП); - занятия с обучающимися специальной медицинской группы.	20	
	Самостоятельная работа		
	Изучение учебной литературы по основам физической культуры. Занятия в спортивных секциях, фитнес центрах, физическая активность.	8	
	Итого 4 семестр	**28**	
	Промежуточная аттестация –дифференцированный зачет		
	Всего	**156**	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы дисциплины предусмотрены следующие специальные помещения (в соответствии с ФГОС и ПООП):

1. Малобюджетный спортивный ком-плекс, 1 этаж, помещение № 1 (Спортивный зал)

Специальное оборудование:
Кольцо баскетбольное №7 – 2 шт.
Сетка баскетбольная 4мм – 2 шт.
Сетка волейбольная– 1 шт.
Стенка гимнастическая– 4 шт.
Стойки волейбольные – 2 шт.
Стойки волейбольные – 1 шт.
Ферма баскетбольная/2 – 2 шт.
Щит баскетбольный (6) - 6 шт.
Шкаф для одежды металлический -11 шт.
Шкаф для одежды металлический/2- 2 шт.
Коврики полиуретановые гимнастические- 20 шт.
Пружинные эспандеры -3 шт.
Скакалка 3 м -20 шт.
Мяч волейбольный -8 шт.
Мяч баскетбольный -8 шт.
Мяч футбольный -1 шт.
Мяч мини-футбольный -1 шт.
Насос для мячей -1 шт.
Сетка для переноски мячей -4 шт.

1. Учебная аудитория, оснащенная оборудованием, техническими средствами обучения для проведения занятий всех видов, предусмотренных образовательной программой, в том числе групповых и индивидуальных консультаций, а также для проведения текущего контроля, промежуточной и государственной итоговой аттестации
(Кабинет самостоятельной и воспитательной работы)

Специализированная мебель:
Компьютерные столы – 17 шт.
Стол преподавателя– 1 шт.
Кресло оператора – 17 шт.
Стулья – 2 шт.
Шкаф для учебно-методических материалов – 1 шт.

Технические средства обучения:
Персональные компьютеры – 17 шт.
Мультимедиа проектор – 1 шт.

Экран настенный – 1 шт.
Аудиоколонки – 1 шт.
МФУ – 1 шт.

Помещение обеспечено доступом к сети «Интернет» и электронной информационно-образовательной среде Финансового университета.
Помещения для самостоятельной работы (библиотека, читальный зал с выходом в Интернет)

Специализированная мебель:
Стол кафедра – 1 шт.
Каталожный ящик – 1 шт.
Шкаф для читательских формуляров – 1 шт.
Витрина для книг – 3 шт.
Стеллаж двухсторонний – 26 шт.
Стеллаж односторонний - 15 шт.
Стол аудиторий двухместной деревянный – 8 шт.
Стул - 16 шт.
Компьютерный стол – 5 шт.
Кресло компьютерное – 5 шт.
Стол с подвесной тумбой – 1 шт.

Технические средства обучения:
Персональные компьютеры– 5 шт.

Помещение для самостоятельной работы обучающихся оснащено компьютерной техникой с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" и обеспечено доступом в электронную информационно-образовательную среду Финуниверситета.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

3.2.1. Печатные издания

1. Аллянов Ю. Н., Письменский И. А. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник для спо. - Москва: Юрайт, 2024. - 450 – Режим доступа: https://urait.ru/bcode/535163
2. Муллер А. Б., Дядичкина Н. С., Богащенко Ю. А. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник и практикум для спо. - Москва: Юрайт, 2024. - 424 – Режим доступа:https://urait.ru/bcode/536838
3. Воловик Т. В., Кудрявцев И. С., Кучер Н. С., Эргашев С. К. Физическая подготовка студентов различных спортивных специализаций к сдаче нормативов ГТО [Электронный ресурс]: учебное пособие. -

Екатеринбург: УрГЭУ, 2024. - 79 – Режим доступа: http://lib.wbstatic.usue.ru/resource/limit/ump/24/p496804.pdf

3.2.2. Дополнительные источники

1. Ежов К. С., Кумскова Е. Е., Кумсков С. В. Организация учебно-тренировочных занятий со студентами среднего профессионального образования на примере баскетбола [Электронный ресурс]: учебное пособие. - Екатеринбург: УрГЭУ, 2023. - 47 – Режим доступа: http://lib.wbstatic.usue.ru/resource/limit/ump/23/p495644.pdf
2. Краснов Р. В., Кочерьян М. А., Рыскин П. П. Физическая культура и спорт: использование упражнений из национальных и традиционно культивируемых в России видов спорта в процессе физического воспитания студентов [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие. - Екатеринбург: УрГЭУ, 2023. - 78 – Режим доступа: http://lib.wbstatic.usue.ru/resource/limit/ump/24/p496196.pdf
3. Конеева Е. В., Зайцев А. А., Томашевская О. Б., Покровская Н. В., Почечура Н. Н., Романов С. С., Колтан С. В., Лизогубенко Н. В., Пельменев В. К., Зайцева В. Ф., Жигарева О. Г., Горячева Е.Н., Брагина А. И., Брагина И. Ю. Физическая культура [Электронный ресурс]:учебное пособие для спо. - Москва: Юрайт, 2024. - 609 – Режим доступа: https://urait.ru/bcode/545162

В соответствии со ст. 43 Конституции Российской Федерации, 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012, ГОСТ Р 57723-2017 «Информационно- коммуникационные технологии в образовании. Системы электронно- библиотечные. Общие положения», ГОСТ Р 52872-2019 «Интернет-ресурсы и другая информация, представленная в электронно-цифровой форме. Приложения для стационарных и мобильных устройств, иные пользовательские интерфейсы. Требования доступности для людей с инвалидностью и других лиц с ограничениями жизнедеятельности», все предлагаемые электронные ресурсы максимально комфортны для чтения слабовидящими людьми. Масштабирование текста достигает 300 процентов. При изменении масштаба сохраняется возможность видеть всю страницу текста, не обрезая его.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Раздел/Тема	Вид оценочного средства	Описание оценочного средства	Критерии оценивания
Текущий контроль			
2 - 4 семестр	Ведомость посещаемости учебных занятий	Посещение практических занятий	1 балл за занятие
2 - 4 семестр	Посещение спортивно-массовых мероприятий	В массовых мероприятиях различного уровня в качестве волонтера или болельщика	От 5 до 15 баллов в зависимости от уровня соревнований
2 - 4 семестр	Участие в спортивно-массовых мероприятиях	В массовых мероприятиях («Кросс нации», «Лыжня России», «Лед Надежды нашей» и др., а также во внутривузовских соревнованиях	От 5 до 15 баллов в зависимости от уровня соревнований
2 - 4 семестр	Участие во Всероссийских проектах ВФСК «ГТО» и «От студзачета к знаку ГТО»	Выполнение нормативов ВФСК "ГТО" и нормативов студзачета	Золотой знак «ГТО» 50 баллов Серебряный знак «ГТО» 40 баллов Бронзовый знак «ГТО» 30 баллов Любой знак «От студзачета к знаку ГТО» 10 баллов
2 - 4 семестр	Посещение тренировочных занятий в сборных и секциях университета	Регулярное посещение занятий в сборных и секциях университета. Участие в соревнованиях сборных команд университета в течение учебного года	От 20 до 50 в зависимости от количества посещенных занятий и результатов выступлений на соревнованиях
Промежуточная аттестация			
2 семестр (Дифференцированный зачет)	Контрольные нормативы	Определение развития физических качеств	Оценивается от 2 до 5 баллов

4 семестр (Дифференцированный зачет)	Контрольные нормативы Билет к зачету	Билет состоит из тестовых заданий - 5 закрытых вопросов и 5 открытых вопросов. Количество билетов - 10.	Оценивается от 2 до 5 баллов

ОПИСАНИЕ ШКАЛ ОЦЕНИВАНИЯ

Показатель оценки освоения ОП формируется на основе объединения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающегося.

Показатель рейтинга по каждой дисциплине выражается в процентах, который показывает уровень подготовки обучающегося.

Текущий контроль. Используется 5-балльная система оценивания. Оценка работы обучающегося в течении семестра осуществляется преподавателем в соответствии с разработанной им системой оценки учебных достижений в процессе обучения по данной дисциплине.

В рабочих программах дисциплин (предметов) и практик закреплены виды текущего контроля, планируемые результаты контрольных мероприятий и критерии оценки учебных достижений.

В течение семестра преподавателем проводится не менее 3-х контрольных мероприятий, по оценке деятельности обучающегося.

Промежуточная аттестация. Используется 5-балльная система оценивания. Оценка работы обучающегося по окончанию дисциплины (части дисциплины) осуществляется преподавателем в соответствии с разработанной им системой оценки достижений обучающегося в процессе обучения по данной дисциплине. Промежуточная аттестация также проводится по окончанию формирования компетенций.

Показатель оценки	По 5-балльной системе	Характеристика показателя
100% - 85%	отлично	обладают теоретическими знаниями в полном объеме, понимают, самостоятельно умеют применять, исследовать, идентифицировать, анализировать, систематизировать, распределять по категориям, рассчитать показатели, классифицировать, разрабатывать модели, алгоритмизировать, управлять, организовать, планировать процессы исследования, осуществлять оценку результатов на высоком уровне

84% - 70%	хорошо	обладают теоретическими знаниями в полном объеме, понимают, самостоятельно умеют применять, исследовать, идентифицировать, анализировать, систематизировать, распределять по категориям, рассчитать показатели, классифицировать, разрабатывать модели, алгоритмизировать, управлять, организовать, планировать процессы исследования, осуществлять оценку результатов. Могут быть допущены недочеты, исправленные обучающимся самостоятельно в процессе работы (ответа и т.д.)
69% - 50%	удовлетворительно	обладают общими теоретическими знаниями, умеют применять, исследовать, идентифицировать, анализировать, систематизировать, распределять по категориям, рассчитать показатели, классифицировать, разрабатывать модели, алгоритмизировать, управлять, организовать, планировать процессы исследования, осуществлять оценку результатов на среднем уровне. Допускаются ошибки, которые обучающийся затрудняется исправить самостоятельно.
49 % и менее	неудовлетворительно	обладают не полным объемом общих теоретическими знаниями, не умеют самостоятельно применять, исследовать, идентифицировать, анализировать, систематизировать, распределять по категориям, рассчитать показатели, классифицировать, разрабатывать модели, алгоритмизировать, управлять, организовать, планировать процессы исследования, осуществлять оценку результатов. Не сформированы умения и навыки
100% - 50%	зачтено	характеристика показателя соответствует «отлично», «хорошо», «удовлетворительно»
49 % и менее	не зачтено	характеристика показателя соответствует «неудовлетворительно»