

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

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора
по учебно-методической работе
Омского филиала Финуниверситета



_____ С. Б. Демидова
«26» мая 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«СГ.04 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)

Омск 2026

Рабочая программа учебной дисциплины «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).

Разработчик:

Крутов А. В., ст. преподаватель кафедры «Естественно-научные и гуманитарные дисциплины» Омского филиала Финуниверситета.

Рабочая программа учебной дисциплины рассмотрена и рекомендована к утверждению на заседании кафедры «Естественно-научные и гуманитарные дисциплины»

Протокол от 14.05.2026 г. № 4

Заведующий кафедры «Естественно-научные и гуманитарные дисциплины»



И. Ю. Кулеева

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** 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

<i>Код и наименование формируемых компетенций</i>	<i>Умения</i>	<i>Знания</i>
ОК 04.	- 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	- преимущества командной работы; - невербальные средства общения; - предпосылки конфликтных ситуаций.
ОК 08.	- 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 и формы организации деятельности студентов	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
Раздел 1. «Теоретические знания в области физической культуры»		2	
Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке	Содержание учебного материала	2	ОК 8
	Лекция 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке обучающихся СПО		
Раздел 2. Легкая атлетика		40	
Тема 2.1. Развитие физического качества быстрота.	Содержание учебного материала	14	ОК 8
	В том числе практических занятий	14	
	- лёгкая атлетика; - занятия на тренажерах; - общая физическая подготовка (ОФП); - занятия с обучающимися специальной медицинской группы.		
Тема 2.2. Развитие физического качества выносливость.	Содержание учебного материала	14	
	В том числе практических занятий	14	
	- лёгкая атлетика; - занятия на тренажерах; - общая физическая подготовка (ОФП); занятия с обучающимися специальной медицинской группы.		
Тема 2.3. Развитие скоростно-силовых качеств.	Содержание учебного материала	12	
	Практические занятия (семинар)	12	
	- лёгкая атлетика; - занятия на тренажерах; - общая физическая подготовка (ОФП); - занятия с обучающимися специальной медицинской группы.		

Раздел 3. Спортивные игры		48	
Тема 3.1. Спортивная игра волейбол	Содержание учебного материала	24	ОК 4
	Практические занятия (семинар)	24	
	- спортивные игры: волейбол; - занятия на тренажерах; - общая физическая подготовка (ОФП); - занятия с обучающимися специальной медицинской группы.		
Тема 3.1. Спортивная игра баскетбол.	Содержание учебного материала	24	
	Практические занятия (семинар)	24	
	- спортивные игры: баскетбол; - занятия на тренажерах; - общая физическая подготовка (ОФП); занятия с обучающимися специальной медицинской группы.		
Раздел 4. Силовой тренинг, фитнес- гимнастика		28	
Тема 4.1. Силовой тренинг, фитнес- гимнастика	Содержание учебного материала	28	ОК 8
	Практические занятия (семинар)	28	
	- занятия на тренажерах; - общая физическая подготовка (ОФП); - занятия с обучающимися специальной медицинской группы.		
Раздел 5. Самостоятельная работа		38	
	Самостоятельная работа		
	Изучение учебной литературы по основам физической культуры. Занятия в спортивных секциях, фитнес центрах, физическая активность.		
	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. 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:

Стол ученический - 10 шт.

Стол компьютерный - 10 шт.

Стулья - 30 шт.

Шкаф для учебно-методических материалов - 2 шт.

Технические средства обучения:

Персональные компьютеры - 10 шт.

Мультимедиа проектор - 1 шт.

Экран настенный - 1 шт.

Аудиоколонки - 1 шт.

2. Многофункциональный спортивный комплекс (спортивный зал)

Специальное оборудование:

Щит баскетбольный с кольцом и сеткой игровые - 2 шт.,

Шведская стенка - 6 шт.,

Коврики полиуретановые гимнастические - 20 шт.,

Скакалка 3 м. - 20 шт.,

Сетка волейбольная - 1 шт.,

Мяч волейбольный - 20 шт.,

Мяч волейбольный профессиональный - 1 шт.

Мяч баскетбольный - 20 шт.,

Мяч баскетбольный профессиональный - 7 шт.,

Мяч футбольный – 10 шт.,

Гимнастические маты – 10 шт.,

Козел гимнастический – 2 шт.,

Брусья – 1 шт.,

Бревно – 1 шт.,

Канат – 1 шт.,

Стол для настольного тенниса – 2 шт.,

Теннисные мячи – 20 шт.,

Лыжи, палки лыжные, лыжные ботинки – 30 пар,

Гантели – 10 шт.

3. Помещения для самостоятельной работы (библиотека, читальный зал с выходом в Интернет)

Специализированная мебель:

Стол кафедры - 1 шт.

Каталожный ящик - 1 шт.
Шкаф для читательских формуляров - 1 шт.
Стеллажи для книг – 5 шт.
Витрина для книг - 1 шт.
Стол эргономичный с тумбой - 1 шт.
Стол ученический - 10 шт.
Стол компьютерный – 10 шт.
Стул - 31 шт.
Шкаф для учебно-методических материалов - 2 шт.
Технические средства обучения:
Персональные компьютеры- 10 шт.
Мультимедиа проектор - 1 шт.
Экран настенный - 1 шт.
Аудиоколонки - 1 шт.

4. 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 социально-гуманитарных дисциплин)

Специализированная мебель:

Лекционные парты - 30 шт.
Стол письменный - 1 шт.
Стулья - 31 шт.
Учебная доска - 1 шт.
Экран настенный - 1 шт.
Шкаф для учебно-методических материалов – 1 шт.
Технические средства обучения:
Компьютер преподавателя - 1 шт.
Мультимедиа проектор - 1 шт.
Аудиоколонки - 1шт

4.2. Информационное обеспечение реализации программы

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

4.2.1. 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>

4.2.2. 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>

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, проектов, исследований.

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины		
Знания: -о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; -основы здорового образа жизни	Правильность ответа по содержанию, полнота и глубина ответа (количество усвоенных фактов, понятий и т. д); сознательность ответа и логика изложения, своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств. Сформированы систематические представления об основных принципах здорового образа жизни, о роли физической культуры в развитии человека.	Текущий контроль в форме: - устного опроса на поставленные вопросы; - выполнение тестовых заданий; - защита рефератов
	Критерии формирования оценки за устный ответ: Оценка «5 (отлично)» ставится, если студент: полно и аргументировано отвечает по содержанию вопроса; обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные; излагает материал последовательно и правильно.	
	Оценка «4 (хорошо)» ставится, если студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «5», но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет. Оценка «3 (удовлетворительно)» ставится, если студент обнаруживает знание и понимание основных положений темы, но: излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий; не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; излагает материал непоследовательно и допускает	

	ошибки. Оценка «2 (неудовлетворительно)» ставится, если студент обнаруживает незнание ответа на соответствующее задание, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Критерии оценки результатов тестирования «5» - 85-100% верных ответов «4» - 69-84% верных ответов «3» - 51-68% верных ответов «2» - 50% и менее Критерии оценки реферата (доклада) Оценка «5»- выполнены все требования к написанию и защите доклада: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы. Оценка «4» - основные требования к докладу и его защите выполнены, но при этом допущены недочеты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём доклада; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы. Оценка «3» - имеются существенные отступления от требований. В частности: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании доклада или при ответ на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод. Оценка «2» - тема доклада не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.	
--	---	--

Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины			
Умения: - 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. - 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.	-1 балл за занятие -От 5 до 15 баллов в зависимости от уровня соревнований -От 5 до 15 баллов в зависимости от уровня соревнований -Золотой знак «ГТО» 50 баллов -Серебряный знак «ГТО» 40 баллов -Бронзовый знак «ГТО» 30 баллов - Любой знак «От студзачета к знаку ГТО» 10 баллов -От 20 до 50 в зависимости от количества посещенных занятий и результатов выступлений на соревнованиях		Посещение практических занятий В массовых мероприятиях различного уровня в качестве волонтера или болельщика В массовых мероприятиях («Кросс нации», «Лыжня России», «Лед Надежды нашей» и др., а также во внутривузовских соревнованиях Выполнение нормативов ВФСК ТТО" и нормативов студзачета Регулярное посещение занятий в сборных и секциях университета. Участие в соревнованиях сборных команд в течение учебного года Выполнение контрольных тестов (сдача нормативов, двусторонняя учебно-тренировочная игра по видам спорта)
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

Критерии формирования оценки дифференцированного зачета

	Характеристика показателя
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
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.)
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.
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