

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ДЕПАРТАМЕНТ НАУЧНО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ ПОЛИТИКИ И ОБРАЗОВАНИЯ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОНСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО Донской ГАУ)
Донской аграрный колледж

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УР и ЦТ
Ширяев С.Г.

«29» августа 2023 г

М.П.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОГСЭ.05 Физическая культура

Специальность	36.02.01 Ветеринария (на базе основного общего образования)
Форма обучения	очная

Организация-разработчик: федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Донской государственный аграрный университет»

Разработчик:

Габибов А.Б.

зав.

кафедрой

канд. с.-х. наук

доцент

ФИО

(подпись)

(должность)

(ученая степень)

(ученое звание)

Рассмотрено и рекомендовано:

На заседании Методического совета Колледжа протокол заседания от 28.08.2023 № 1

Директор Донского аграрного
колледжа

Широкова Н.В.

(подпись)

ФИО

п. Персиановский, 2023 г.

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОГСЭ.05 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

1. Область применения программы

Рабочая программа дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 36.02.01 Ветеринария.

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

Общий гуманитарный и социально-экономический цикл.

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины - требования к результатам освоения учебной дисциплины

В результате освоения дисциплины обучающийся должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

В результате освоения учебной дисциплины Физическая культура обучающийся должен **знать**:

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни и индивидуальные особенности своего организма.

В результате освоения учебной дисциплины Физическая культура обучающийся должен **уметь**

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

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объём часов Очная форма обучения, 2022г.н.		
	1 курс	2 курс	3 курс
Максимальная учебная нагрузка (всего)	60	52	56
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	60	52	56
в том числе:			
лабораторные работы <i>(не предусмотрено)</i>			
практические занятия	60	52	56
теоретические занятия <i>(не предусмотрено)</i>			
контрольные работы <i>(не предусмотрено)</i>			
курсовая работа (проект) <i>(не предусмотрено)</i>			
Самостоятельная работа обучающегося (всего), в том числе: самостоятельная учебная нагрузка, включая игровые виды подготовки (за счет различных форм внеаудиторных занятий в спортивных клубах, секциях) (не предусмотрено)			
Промежуточная аттестация в форме других форм контроля, зачета, дифференцированного зачета			

**2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины ОГСЭ.05
Физическая культура
1 курс обучения**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов Очная форма обучения, 2022г.н.	Уровень освоения	
1	2	3	4	
Тема 1. Введение		4		
Тема 1. Инструктаж по ТБ	Содержание учебного материала			
	Введение. Правила поведения на занятиях. Инструктаж по ТБ.	4		
	Лабораторная работа (не предусмотрено)			
	Практическое занятие: (не предусмотрено)			2
	Контрольная работа (не предусмотрено)			
	Самостоятельная работа обучающихся (не предусмотрено)			
Тема 2. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.		12		
Тема 2. Физическая культура как учебная	Содержание учебного материала			
	Лабораторная работа (не предусмотрено)			

дисциплина	Практическое занятие: основные положения организации физического воспитания в вузе. Основные понятия и краткая характеристика физической культуры.	12	2
	Контрольная работа (не предусмотрено)		
	Самостоятельная работа обучающихся (не предусмотрено)		
Раздел 3. Социально-биологические основы физической культуры		12	
Тема 3. Двигательная активность как биологическая потребность организма	Содержание учебного материала		
	Лабораторная работа (не предусмотрено)		
	Практическое занятие: Основные понятия. Совершенствование техники строевых упражнений. Совершенствование техники общеразвивающих упражнений.	12	2
	Контрольная работа (не предусмотрено)		
	Самостоятельная работа (не предусмотрено)		
Раздел 4. Здоровый образ жизни		12	
Тема 4. Физическая культура в	Содержание учебного материала		
	Лабораторная работа (не предусмотрено)		

обеспечении здоровья.	Практическое занятие: Факторы определяющие здоровый образ жизни.	12	2
	Контрольная работа (не предусмотрено)		
	Самостоятельная работа студента: (не предусмотрено)		
Раздел 5. Спортивные игры (волейбол)		10	
Тема 5. Техника игры волейбол	Содержание учебного материала		
	Лабораторная работа (не предусмотрено)		
	Практическое занятие: Совершенствование игры волейбол	10	2
	Контрольная работа (не предусмотрено)		
	Самостоятельная работа студента: (не предусмотрено)		
Раздел 6. Спортивные игры (баскетбол)		10	
Тема 6. Техника ведения и передачи мяча	Содержание учебного материала		
	Лабораторная работа (не предусмотрено)		
	Практическое занятие: Совершенствование техники игры баскетбол	10	2
	Контрольная работа (не предусмотрено)		

	Самостоятельная работа студента: (не предусмотрено)		
Всего:		60	

**Тематический план и содержание учебной дисциплины Физическая культура
2 курс обучения**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Тема 1. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности студентов.		12	
Тема 1.1 Средства физической культуры в регулировании работоспособности	Содержание учебного материала		
	Лабораторная работа (не предусмотрено)		
	Практическое занятие: инструктаж по ТБ. Совершенствование техники выполнения специально - беговых упражнений бегуна. Совершенствование техники бега на короткие и средние дистанции.	12	2
	Контрольная работа (не предусмотрено)		
	Самостоятельная работа обучающихся (не предусмотрено)		
Раздел 2. Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания		10	
Тема 2.1. Основы обучения движениям физических упражнений	Содержание учебного материала		
	Лабораторная работа (не предусмотрено)		
	Практическое занятие: Совершенствование техники выносливости и быстроты движения. Совершенствование техники гибкости. Совершенствование техники физических качеств	10	2

	Контрольная работа (не предусмотрено)		
	Самостоятельная работа (не предусмотрено)		
Раздел 3. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями разной направленности		10	
Тема 3.1 Основные принципы оздоровительной тренировки	Содержание учебного материала		
	Лабораторная работа (не предусмотрено)		
	Практическое занятие: всесторонняя направленность оздоровительной тренировки.	10	2
	Контрольная работа (не предусмотрено)		
	Самостоятельная работа студента: (не предусмотрено)		
Раздел 4. Легкая атлетика		10	
Тема 1.1 Техника бега на разные дистанции	Содержание учебного материала		
	Лабораторная работа (не предусмотрено)		
	Практическое занятие: Совершенствование техники выполнения специально - беговых упражнений бегуна. Совершенствование техники бега на короткие и средние дистанции.	10	2
	Контрольная работа (не предусмотрено)		

	Самостоятельная работа обучающихся (не предусмотрено)		
Раздел 5. Гимнастика		10	
Тема 2.1. Техника гимнастических упражнений	Содержание учебного материала		
	Лабораторная работа (не предусмотрено)		
	Практическое занятие: Совершенствование техники строевых упражнений. Совершенствование техники общеразвивающих упражнений. Совершенствование техники акробатических упражнений	10	2
	Содержание учебного материала		
	Самостоятельная работа (не предусмотрено)		
Всего:		52	

**Тематический план и содержание учебной дисциплины Физическая культура
3 курс обучения**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Тема 1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.		11	
Тема 1.1 Физическая культура как часть общечеловеческой культуры	Содержание учебного материала		
	Лабораторная работа (не предусмотрено)		
	Практическое занятие: инструктаж по ТБ. Совершенствование техники выполнения упражнений общей физической подготовки.	11	2
	Контрольная работа (не предусмотрено)		
	Самостоятельная работа обучающихся (не предусмотрено)		
Раздел 2. Спортивные игры (футбол)		12	
Тема 2.1. Техника ведения и передачи мяча	Содержание учебного материала		
	Лабораторная работа (не предусмотрено)		
	Практическое занятие: Совершенствование техники игры в футбол	12	2

	упражнений.		
	Контрольная работа (не предусмотрено)		
	Самостоятельная работа студента: (не предусмотрено)		
Раздел 3. Индивидуальный выбор спорта или системы физических упражнений		12	
Тема 3.1 Характеристики техник основных групп видов спорта	Содержание учебного материала		
	Лабораторная работа (не предусмотрено)		
	Практическое занятие: индивидуальный выбор систем физических упражнений	12	2
	Контрольная работа (не предусмотрено)		
	Самостоятельная работа студента: (не предусмотрено)		
Раздел 4. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений		11	
Тема 4.1. Спортивная классификация и правила соревнований в выбранном спорте	Содержание учебного материала		
	Лабораторная работа (не предусмотрено)		
	Практическое занятие: Совершенствование техники ловкости в выбранном виде спорта	11	2
	Контрольная работа (не предусмотрено)		

	Самостоятельная работа студента: (не предусмотрено)		
Раздел 5. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов		10	
Раздел 5. 1 Влияние производственной гимнастики на работоспособность	Содержание учебного материала		
	Лабораторная работа (не предусмотрено)		
	Практическое занятие: Совершенствование техники общеразвивающих упражнений.	10	2
	Контрольная работа (не предусмотрено)		
	Самостоятельная работа студента: (не предусмотрено)		
Всего:		56	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины Физическая культура требует наличие

Спортивный зал; Учебная аудитория № 7 для проведения учебных занятий, в том числе групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, оснащенная специализированной мебелью (рабочее место преподавателя).

Технические средства обучения: специализированное учебное оборудование - спортивное оборудование и инвентарь (сетка волейбольная (1), стойки волейбольные (1 комплект), мячи волейбольные (5), мячи баскетбольные (5), мячи футбольные (5), щиты баскетбольные с кольцами (9), сетка футбольная (2))

Спортивный зал; учебная аудитория № 5 для проведения учебных занятий, в том числе групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, оснащенная специализированной мебелью (место преподавателя); техническими средствами обучения (специализированное учебное оборудование - спортивное оборудование и инвентарь (сетка волейбольная (1), стойки для сетки (1 комплект), гири (25), перекладина (1), брус (1), штанга (1), стол для армспорта (1)).

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

№ п/п	Основные источники	Количество экземпляров в библиотеке / ссылка на ЭБС	Используется при изучении разделов
1	Элективные курсы по физической культуре и спорту студентов : учебное пособие / В. А. Бомин, А. И. Ракоца, А. И. Трегуб [и др.]. — Иркутск : Иркутский ГАУ, 2020. — 173 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/183496 (дата обращения: 27.06.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.	https://e.lanbook.com/book/183496 6	1-6
2	Физическая культура и спорт студентов : учебное пособие / В. А. Бомин, А. И. Ракоца, А. И. Трегуб [и др.]. — Иркутск : Иркутский ГАУ, 2020. — 115 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/183498 (дата обращения: 27.06.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.	https://e.lanbook.com/book/183498 8	1-6
3	Агеева, Г. Ф. Теория и методика физической культуры и спорта / Г. Ф. Агеева, Е. Н. Карпенкова. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 68 с.	https://e.lanbook.com/book/29201 6	1-6

	— ISBN 978-5-507-45936-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/292016 (дата обращения: 12.06.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.		
--	---	--	--

№ п/п	Дополнительные источники	Количество экземпляров в библиотеке / ссылка на ЭБС	Используется при изучении разделов
1	Физическая культура: словарь основных терминов и понятий / Т. М. Жидких, Е. Н. Кораблева, В. С. Минеев, В. В. Трунин. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 128 с. — ISBN 978-5-507-45329- 0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/292868 (дата обращения: 04.07.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.	https://e.lanbook.com/book/29286 8	1-6
2	Краснов, С. В. Легкая атлетика : методические указания / С. В. Краснов, Д. А. Аксенов. — Самара : СамГАУ, 2022. — 36 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/244517 (дата обращения: 27.06.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.	https://e.lanbook.com/book/24451 7	1-6
3	Лебедева, О. Н. Теория и история физической культуры и спорта. Специальность 49.02.02. «Адаптивная физическая культура» : учебно-методическое пособие / О. Н. Лебедева, Е. А. Корякина. — Воронеж : ВГАС, 2021. — 154 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/253745 (дата обращения: 27.06.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.	https://e.lanbook.com/book/25374 5	1-6

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
В результате обучения обучающийся должен:	
знать:	
о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни	
уметь:	
использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей	
<i>Итоговый контроль:</i>	<i>Дифференцированный зачет</i>