

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

СО.01.09 Физическая культура / Адаптационная дисциплина для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья "Физическая культура"

Специальность 36.02.01 Ветеринария
на базе 9 классов (основное общее образование)

Форма обучения очная

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

Разработчик:

Габибов А.Б.
ФИО

(подпись)

зав. кафедрой
(должность)

канд. с.-х. наук
(ученая степень)

доцент
(ученое звание)

Рассмотрено и рекомендовано:

На заседании Методического совета Колледжа протокол заседания от 28.08.2023 № 1

Директор Донского аграрного колледжа

(подпись)

Широкова Н.В.
ФИО

п. Персиановский, 2023 г.

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

СО.01.09 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА / АДАПТАЦИОННАЯ ДИСЦИПЛИНА ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ "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:

Учебная дисциплина относится к общеобразовательному циклу, базовым дисциплинам.

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен:

Знать:

формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО); современные технологии укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

основные способы самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств;

физические упражнения разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

технические приемы и двигательные действия базовых видов спорта.

Уметь:

использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО).

Владеть:

современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств; физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности; техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере.

Иметь положительную динамику в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости).

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

| Вид учебной работы | Объём часов Очная форма обучения, 2022 г.н. |
|---|--|
| Максимальная учебная нагрузка (всего) | 78 |
| Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) | 78 |
| в том числе: | |
| лабораторные работы (<i>не предусмотрено</i>) | |
| практические занятия | 78 |
| 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 другие формы контроля, дифференцированного зачета | |

**2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины СОО.01.08
Физическая культура / Адаптационная дисциплина для инвалидов и
лиц с ограниченными возможностями здоровья "Физическая
культура"**

| Наименование разделов и тем | Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся 2 | Объем Часов Очная форма обучения, 2022 г.н. | Уровень освоения | |
|--|---|---|------------------|---|
| 1 | | 3 | 4 | |
| Тема 1. Введение | | 8 | | |
| Тема 1. Инструктаж по ТБ | Содержание учебного материала | | | |
| | Введение. Правила поведения на занятиях. Инструктаж по ТБ. | 8 | | |
| | 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. | | 14 | | |
| Тема 2. Физическая культура как учебная дисциплина | Содержание учебного материала | | | |
| | Лабораторная работа (не предусмотрено) | | | |
| | Практическое занятие: основные положения организации физического воспитания в вузе. Основные понятия и краткая характеристика физической культуры. | 14 | | 2 |
| | Контрольная работа (не предусмотрено) | | | |
| | Самостоятельная работа обучающихся (не предусмотрено) | | | |

| | | | |
|---|---|-----------|---|
| Раздел 3. Социально-биологические основы физической культуры | | 14 | |
| 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. | 14 | 2 |
| | Контрольная работа (не предусмотрено) | | |
| | Самостоятельная работа (не предусмотрено) | | |
| Раздел 4. Здоровый образ жизни | | 14 | |
| Тема 4. Физическая культура в обеспечении здоровья. | Содержание учебного материала | | |
| | Лабораторная работа (не предусмотрено) | | |
| | Практическое занятие: Факторы определяющие здоровый образ жизни. | 14 | 2 |
| | Контрольная работа (не предусмотрено) | | |
| | Самостоятельная работа студента: (не предусмотрено) | | |
| Раздел 5. Спортивные игры (волейбол) | | 14 | |
| Тема 5. Техника игры волейбол | Содержание учебного материала | | |
| | Лабораторная работа (не предусмотрено) | | |
| | Практическое занятие: Совершенствование игры волейбол | 14 | 2 |
| | Контрольная работа (не предусмотрено) | | |
| | Самостоятельная работа студента: (не предусмотрено) | | |
| Раздел 6. Спортивные игры (баскетбол) | | 14 | |
| Тема 6. Техника ведения и передачи мяча | Содержание учебного материала | | |
| | Лабораторная работа (не предусмотрено) | | |
| | Практическое занятие: Совершенствование техники игры баскетбол | 14 | 2 |

| | | | |
|--|--|-----------|--|
| | Контрольная работа (не предусмотрено) | | |
| | Самостоятельная работа студента: (не предусмотрено) | | |
| | Всего: | 78 | |

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличие:

Спортивный зал; Учебная аудитория № 7 для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованная 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 | Лях, В. И. Физическая культура : 10—11-е классы : базовый уровень : учебник / В. И. Лях. — 11-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2023. — 271 с. — ISBN 978-5-09-103628-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/334643 (дата обращения: 04.06.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей. | https://e.lanbook.com/book/334643 | 1-6 |
| 2 | Матвеев, А. П. Физическая культура : 10—11-е классы : базовый уровень : учебник / А. П. Матвеев. — 4-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2022. — 319 с. — ISBN 978-5-09-092097-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/334646 (дата обращения: 04.06.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей. | https://e.lanbook.com/book/334646 | 1-6 |

| № п\п | Дополнительные источники | Количество экземпляров в библиотеке / ссылка на ЭБС | Используется при изучении разделов |
|-------|--------------------------|---|------------------------------------|
|-------|--------------------------|---|------------------------------------|

| | | | |
|---|--|---|-----|
| 1 | Погадаев, Г. И. Физическая культура: 10-11-е классы: базовый уровень : учебник / Г. И. Погадаев. — 9-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2022. — 287 с. — ISBN 978-5-09-095244-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/334886 (дата обращения: 04.06.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей. | https://e.lanbook.com/book/334886 | 1-6 |
| 2 | Погадаев, Г. И. Физическая культура. Футбол для всех: 10-11-е классы : учебник / Г. И. Погадаев ; под редакцией Игоря Акинфеева. — 2-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2023. — 109 с. — ISBN 978-5-09-103703-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/335156 (дата обращения: 04.06.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей. | https://e.lanbook.com/book/335156 | 1-6 |

Перечень информационных справочных систем

| Наименование ресурса | Режим доступа |
|---|---|
| 1. Университетская библиотека онлайн. Электронно-библиотечная система | http://www.biblioclub.ru/ |
| 2. Издательство Лань. Электронно-библиотечная система | https://e.lanbook.com/ |
| 3. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU | http://elibrary.ru |
| 4. ФГБОУ ВО РГАЗУ "AgriLib" | http://www.ebs.rgazu.ru/ |

Комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения

| Перечень лицензионного программного обеспечения |
|---|
| |

Перечень профессиональных баз данных

- 1.«AGROS» режим доступа :<http://www.cnsbh.ru/artefact3/ia/ia1.asp?lv=11&un=anonymous&p1=&em=c2R>
- 2.БД «AGRO» режим доступа <https://agro.ru/>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

| | |
|---|--|
| Результаты обучения (освоения умения, усвоенные знания) | Формы и методы контроля и оценки результатов обучения |
|---|--|

| | |
|---|--|
| <p>уметь: использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;</p> <p>знать: о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни.</p> <p>владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;</p> <ul style="list-style-type: none"> - основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств; - физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности; - техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности; - для слепых и слабовидящих обучающихся: сформированность приемов осязательного и слухового самоконтроля в процессе формирования трудовых действий; сформированность представлений о современных бытовых тифлотехнических средствах, приборах и их применении в повседневной жизни; - для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата: овладение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью с учетом двигательных, речедвигательных и сенсорных нарушений; овладение доступными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств; овладение доступными физическими | <p>зачет, практическая проверка (сдача контрольных нормативов)</p> |
|---|--|

| | |
|--|---------------------------------|
| <p>упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;</p> <p>овладение доступными техническими приёмами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности</p> | |
| <p>Итоговый контроль</p> | <p>дифференцированный зачет</p> |