

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.  
«26» марта 2024 г.

М.П.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

*СОО.01.08 Физическая культура / Адаптационная дисциплина для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья "Физическая культура"*

Специальность 36.02.02 Зоотехния  
(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 21.03.2024 № 8

Директор Донского аграрного колледжа

Широкова Н.В.

(подпись)

ФИО

п. Персиановский, 2024 г.

# **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

## **1. 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 36.02.02 Зоотехния, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 12.05.2014 г. N 505. Приказ Минтруда России от 14.07.2020 N 423н "Об утверждении профессионального стандарта" Специалист по зоотехнии».

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

Среднее общее образование, базовые дисциплины

## **1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины**

В результате освоения учебной дисциплины Физическая культура обучающийся должен **уметь** использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

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

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

**Физическая культура** изучается на 1 курсе 117 часа, в 1 и 2 семестрах.

Всего 117 часов максимальной нагрузки, из них 78 обязательной нагрузки и 39 самостоятельной работы

Вид учебной работы	Объем часов
	1 курс 2022 г.н., 2023 г.н.
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	117
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	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> )	
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего), в том числе:</b> самостоятельная учебная нагрузка, включая игровые виды подготовки (за счет различных форм внеаудиторных занятий в спортивных клубах, секциях)	39
Промежуточная аттестация в форме зачета с оценкой в 1 и 2 семестрах	

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

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения	
1	2	3	4	
<b>Тема 1. Введение</b>		<b>10</b>		
Тема 1. Инструктаж по ТБ	<b>Содержание учебного материала</b>			
	Введение. Правила поведения на занятиях. Инструктаж по ТБ.	5		
	<b>Лабораторная работа</b> (не предусмотрено)			
	<b>Практическое занятие:</b> (не предусмотрено)			2
	<b>Контрольная работа</b> (не предусмотрено)			
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Написание реферата по теме правила безопасности.	5		
<b>Тема 2. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.</b>		<b>24</b>		
Тема 2. Физическая культура как учебная дисциплина	<b>Содержание учебного материала</b>			
	<b>Лабораторная работа</b> (не предусмотрено)			
	<b>Практическое занятие:</b> основные положения организации физического воспитания в вузе. Основные понятия и краткая характеристика физической культуры.	17		2
	<b>Контрольная работа</b> (не предусмотрено)			

	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Написание реферата по теме «Физическая культура и спорт». Участие студентов в соревнованиях по легкой атлетике.	7	
<b>Раздел 3. Социально-биологические основы физической культуры</b>		<b>22</b>	
Тема 3. Двигательная активность как биологическая потребность организма	<b>Содержание учебного материала</b>		
	<b>Лабораторная работа</b> (не предусмотрено)		
	<b>Практическое занятие:</b> Основные понятия. Совершенствование техники строевых упражнений. Совершенствование техники общеразвивающих упражнений.	16	2
	<b>Контрольная работа</b> (не предусмотрено)		
	<b>Самостоятельная работа</b> написание реферата по теме «Двигательная активность человека». Составление комплекса физических упражнений производственной гимнастики для работников умственного труда.	6	
<b>Раздел 4. Здоровый образ жизни</b>		<b>22</b>	
Тема 4. Физическая культура в обеспечении здоровья.	<b>Содержание учебного материала</b>		
	<b>Лабораторная работа</b> (не предусмотрено)		
	<b>Практическое занятие:</b> Факторы определяющие здоровый образ жизни.	15	2
	<b>Контрольная работа</b> (не предусмотрено)		

	<b>Самостоятельная работа студента:</b> написание реферата по теме «Здоровье человека как ценность», «Влияние окружающей среды на здоровье».	7	
<b>Раздел 5. Спортивные игры (волейбол)</b>		<b>22</b>	
Тема 5. Техника игры волейбол	<b>Содержание учебного материала</b>		
	<b>Лабораторная работа</b> (не предусмотрено)		
	<b>Практическое занятие:</b> Совершенствование игры волейбол	15	2
	<b>Контрольная работа</b> (не предусмотрено)		
	<b>Самостоятельная работа студента:</b> Изучение правил по волейболу. Судейство соревнований по волейболу. Посещение спортивной секции по волейболу. Участие в соревнованиях во волейболу.	7	
<b>Раздел 6. Спортивные игры (баскетбол)</b>		<b>17</b>	
Тема 6. Техника ведения и передачи мяча	<b>Содержание учебного материала</b>		
	<b>Лабораторная работа</b> (не предусмотрено)		
	<b>Практическое занятие:</b> Совершенствование техники игры баскетбол	10	2
	<b>Контрольная работа</b> (не предусмотрено)		
	<b>Самостоятельная работа студента:</b> Изучение правил по баскетболу. Судейство соревнований по баскетболу. Посещение спортивной секции по баскетболу, участие в соревнованиях по баскетболу.	7	
<b>Всего:</b>		<b>117</b>	

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

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)).

Учебная аудитория № 5 для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, оснащенная техническими средствами обучения: специализированное учебное оборудование - спортивное оборудование и инвентарь (тренажеры для различных мышечных групп (18), веса (1))

Учебная аудитория № 6 (зал общей физической подготовки) для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, оснащенная техническими средствами обучения: специализированное учебное оборудование - спортивное оборудование и инвентарь (гимнастическая лестница (1), сетка волейбольная (1), баскетбольные кольца (2), канат (1))

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); техническими средствами 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))

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

№ п/п	Основные источники	Количество экземпляров в библиотеке / ссылка на ЭБС	Используется при изучении разделов
1	Габибов, А.Б. Технология обучения игры в волейбол : методическое пособие для обучающихся в СПО по всем направлениям подготовки / А.Б. Габибов ; Донской ГАУ. - Персиановский : Донской ГАУ, 2021. - 48 с. - Текст : электронный. <a href="http://biblio.dongau.ru/MegaPro/UserEntry?Action=Link_FindDoc&amp;id=35533&amp;idb=3">http://biblio.dongau.ru/MegaPro/UserEntry?Action=Link_FindDoc&amp;id=35533&amp;idb=3</a>	<a href="http://biblio.dongau.ru/MegaPro/UserEntry?Action=Link_FindDoc&amp;id=35533&amp;idb=3">http://biblio.dongau.ru/MegaPro/UserEntry?Action=Link_FindDoc&amp;id=35533&amp;idb=3</a>	1-6
2	Габибов, А.Б. Баскетбол : методическое пособие для обучающихся в СПО по всем направлениям подготовки / А.Б. Габибов ; Донской ГАУ. -	<a href="http://biblio.dongau.ru/MegaPro/UserEntry?Action=Link_FindDoc&amp;id=35527&amp;idb=3">http://biblio.dongau.ru/MegaPro/UserEntry?Action=Link_FindDoc&amp;id=35527&amp;idb=3</a>	1-6

	Персиановский : Донской ГАУ, 2021. - 82 с. - Текст : электронный. <a href="http://biblio.dongau.ru/MegaPro/UserEntry?Action=Link_FindDoc&amp;id=35527&amp;idb=3">http://biblio.dongau.ru/MegaPro/UserEntry?Action=Link_FindDoc&amp;id=35527&amp;idb=3</a>		
3	Бомин, В. А. Организация занятий физической культурой и спортом студентов : учебное пособие / В. А. Бомин, А. И. Ракоца, А. И. Трегуб. — Иркутск : Иркутский ГАУ, 2019. — 322 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. <a href="https://e.lanbook.com/book/133353">https://e.lanbook.com/book/133353</a> — Режим доступа: для авториз. Пользователей.	<a href="https://e.lanbook.com/book/133353">https://e.lanbook.com/book/133353</a>	1-6
4	Погадаев, Г. И. Физическая культура. Футбол для всех: 10—11-е классы : учебник / Г. И. Погадаев ; под редакцией И. Акинфеева. — 3-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2024. — 109 с. — ISBN 978-5-09-114832-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/408731">https://e.lanbook.com/book/408731</a> — Режим доступа: для авториз. пользователей.	<a href="https://e.lanbook.com/book/408731">https://e.lanbook.com/book/408731</a>	1-6
5	Коровин, С.С. Физическая культура. Ценности. Личность: учебное пособие для обучающихся системы среднего профессионального образования и обучающихся — бакалавров высшего образования : [12+] / С.С. Коровин. — Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. — 199 с. : ил., табл. — Режим доступа: по подписке. — Текст : электронный. <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=570992">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=570992</a>	<a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=570992">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=570992</a>	1-6

№ п/п	Дополнительные источники	Количество экземпляров в библиотеке / ссылка на ЭБС	Используется при изучении разделов
1	Краснов, С. В. Легкая атлетика : методические указания / С. В. Краснов, Д. А. Аксенов. — Самара : СамГАУ, 2022. — 36 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — Режим доступа: для авториз. пользователей.	<a href="https://e.lanbook.com/book/24451">https://e.lanbook.com/book/24451</a> 7	1-6



### **Перечень лицензионного программного обеспечения**

Windows 8.1;  
Adobe acrobat reader;  
Google Chrome;  
Unreal Commander;  
Zoom;  
Skype;  
Dr.Web;  
7-zip;  
Yandex Browser;  
Лаборатория ММИС «Планы».

### **Перечень профессиональных баз данных**

1. Общероссийская сеть распространения правовой информации «Консультант Плюс». – Режим доступа: <http://www.consultant.ru>
2. СПС ГАРАНТ. – Режим доступа: <http://www.garant.ru>

### **Перечень информационных справочных систем**

1. Официальный сайт Министерства по физической культуре и спорту Ростовской области <http://www.minsport.donland.ru>
2. Официальный портал правительства Ростовской области <http://www.donland.ru>
3. Сетевое издание «Центр раскрытия корпоративной информации» <http://www.e-disclosure.ru>
4. ЭБС «Лань» <http://e.lanbook.com>
5. ЭБС «AgriLib» <http://ebs.rgazu.ru>

## **4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

<b>Результаты обучения (освоения умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
уметь: использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; знать: о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни.	зачет, практическая проверка (сдача контрольных нормативов)