

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Аннотация рабочей программы дисциплины

**ОГСЭ. 04. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

Общий гуманитарный и социально – экономический учебный цикл  
программы подготовки специалистов среднего звена

по специальности

19.02.08 Технология мяса и мясных продуктов  
базовая подготовка  
форма обучения очная

Троицк  
2020

## ОГСЭ.04 Физическая культура

### 1. Область применения программы:

Рабочая программа дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности СПО 19.02.08 Технология мяса и мясных продуктов

**2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:** дисциплина ОГСЭ.04 Физическая культура входит в общий гуманитарный и социально-экономический учебный цикл

### 3. Цели и задачи дисциплины - требования к результатам освоения дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

- основы здорового образа жизни.

Формируемые общие компетенции:

ОК 2. Организовать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

### 4. Общая трудоемкость учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 336 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 168 часов;

внеаудиторной (самостоятельной) работы обучающегося 168 часов.

Формы аттестации – зачет, дифференцированный зачет.

### 5. Тематический план учебной дисциплины:

#### Раздел 1. Легкая атлетика

Тема 1.1. Бег на короткие дистанции

Тема 1.2. Бег на длинные дистанции

Тема 1.3. Метание гранаты диска, толкание ядра

Тема 1.4. Прыжки в длину

#### Раздел 2. Спортивные игры

Тема 1.1. Волейбол

#### Раздел 3. Гимнастика

Тема 3.1. Перекладина. Гимнастическая стенка.

Тема 3.2. Опорный прыжок.

Тема 3.3. Акробатика.

Тема 3.4. Строевые упражнения.

#### **Раздел 4. Спортивные игры**

Тема 4.1 Баскетбол

#### **Раздел 5. Виды спорта по выбору.**

Тема 5.1. Футбол.

Тема 5.2. Спортивная аэробика и ритмическая гимнастика.

Тема 5.3. Элементы единоборства

Тема 5.4. Настольный теннис

Тема 5.5. Дыхательная гимнастика.