

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

Аннотация рабочей программы дисциплины

**СГ.03 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

социально - гуманитарного цикла

программы подготовки специалистов среднего звена

по специальности

35.02.16 Эксплуатация и ремонт сельскохозяйственной техники и оборудования

базовая подготовка

форма обучения очная

Троицк  
2024

## СГ. 03 Физическая культура

### 1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Дисциплина «СГ. 03 Физическая культура» является обязательной частью социально-гуманитарного цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 35.02.16 Эксплуатация и ремонт сельскохозяйственной техники и оборудования.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии: ОК 01, ОК 04, ОК 08, ЛР 1- ЛР 12.

### 2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания:

Код ПК, ОК, ЛР	Умения	Знания
ОК 01, ОК 04, ОК 08, ЛР 1- ЛР 12	<ul style="list-style-type: none"><li>- использовать физкультурно - оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;</li><li>-применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;</li><li>- пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</li><li>- основы здорового образа жизни;</li><li>- условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности:</li><li>- средства профилактики перенапряжения</li></ul>

### 3. Количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 176 часов, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 176 часов, самостоятельной работы обучающегося 0 часов.

Форма аттестации- зачета.

#### **4. Тематический план 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 2.1. 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