

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

СОГЛАСОВАНО:

Зам. директора по учебной работе (СПО)

_____ Вахмянина С.А.

« ____ » _____ 2024г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор Института
ветеринарной медицины

_____ Максимович Д.М.

« ____ » _____ 2024г

Аннотация рабочей программы дисциплины

СГ.03. Физическая культура

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

базовая подготовка

по специальности

35.02.16 Эксплуатация и ремонт сельскохозяйственной техники и оборудования

форма обучения заочная

Троицк

2024

ОГСЭ.04. Физическая культура

1. Область применения рабочей программы:

Рабочая программа дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО 35.02.16 Эксплуатация и ремонт сельскохозяйственной техники и оборудования с получением среднего общего образования в соответствии с ФГОС среднего общего образования.

2. Цели и задачи дисциплины - требования к результатам освоения дисциплины:

| код | умения | знания |
|----------------------------------|--|---|
| ОК 01, ОК 04, ОК 08, ЛР 1- ЛР 12 | - использовать физкультурно - оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; -применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; - пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности | - о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни; - условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности: - средства профилактики перенапряжения |

3. Общая трудоемкость учебной дисциплины:

| Вид учебной работы | Очная форма обучения |
|-------------------------------|------------------------------|
| Максимальная учебная нагрузка | 176 часа |
| Обязательная учебная нагрузка | 16 часов |
| Самостоятельная работа | 160 |
| Форма контроля | накопительная система оценок |
| Форма аттестации | зачет |

4. 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 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.

Составитель: Гендина Т.Н.