Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Малахова Светлана Дмитриевна
Должность: Директор филиала
Дата подписания: 17.06.2025 13:03:52
Уникальный программный ключ:
cba47a2f4b9180af254[illegible]4938c4a04716d

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ – МСХА имени К.А. ТИМИРЯЗЕВА

(ФГБОУ ВО РГАУ - МСХА имени К.А. Тимирязева)

КАЛУЖСКИЙ ФИЛИАЛ

Факультет ветеринарной медицины и зоотехнии
Кафедра зоотехнии

УТВЕРЖДАЮ:
И.о. зам. директора по учебной работе
_____ Т.Н. Пимкина
“ 20 ” ЧАСТЬ 05 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

СГ.04 Физическая культура

Специальность 36.02.03

Форма обучения очная

Калуга, 2025

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с требованиями государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 36.02.03 Зоотехния от 19.07.2023 г. № 546 утвержденным приказом Министерства просвещения РФ.

Программа обсуждена на кафедре зоотехнии протокол № 10 от 20 мая 2025 г.

Согласовано:

Председатель учебно-методической комиссии по направлению подготовки «Зоотехния» _____Зеленина О.В.

Протокол № 4 от «20» мая 2025 года

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ 4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ 5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ 9
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ 11

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ
СГ.04 Физическая культура

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Дисциплина **СГ.04 Физическая культура** является обязательной частью общего гуманитарного и социально-экономического учебного цикла ООП в соответствии с ФГОС СПО по специальности **36.02.03 Зоотехния.**

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии общих компетенций ОК 08.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Общие компетенции	Планируемые результаты обучения	
	Общие	Дисциплинарные
ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни; - условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности)	- 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

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	**Объем в часах**
Очная форма	
Объем образовательной программы дисциплины	40
в т.ч. в форме практической подготовки	-
в т. ч.:	
теоретическое обучение	-
практические занятия	32
Самостоятельная работа	8
Промежуточная аттестация – зачет	-

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

2.2.1 Тематический план и содержание дисциплины по очной форме обучения:

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч	Формируемые компетенции
1	*2*	*3*	*4*
Раздел 1. Легкая атлетика		**14/14**	
Тема 1.1 Бег на короткие дистанции. Прыжок в длину с места	**Содержание**	**8**	ОК 08
	Практическое занятие № 1: Овладение техникой бега на короткие дистанции. Специально беговые упражнения. Стартовый разгон. Финишное ускорение. Бег по дистанции. Работа рук при беге.	2	
	Практическое занятие № 2: Техника безопасности на занятии легкая атлетика. Техника беговых упражнений. Совершенствование техники высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования	2	
	Практическое занятие № 3: Совершенствование техники бега на дистанции 30м, контрольный норматив. Совершенствование техники бега на дистанции 60м, контрольный норматив	2	
	Практическое занятие № 4: Совершенствование техники бега на дистанции 100м, контрольный норматив.	2	
Тема 1.2. Бег на длинные дистанции	**Содержание**	6	ОК 08
	Практическое занятие № 5: Овладение техникой старта, стартового разбега, финиширования Разучивание комплексов специальных упражнений. Техника бега по дистанции (беговой цикл).	2	
	Практическое занятие № 6: Овладение техникой бега на длинные дистанции. Специально беговые упражнения.	2	
	Практическое занятие № 7: Бег по дистанции. Дыхание при беге. Контрольные испытания: 2000 м, 3000 м. Соблюдать технику безопасности.	2	
Раздел 2. Баскетбол		6/6	

Тема 2.1. Техника выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места	**Содержание**	2	ОК 08
	Практическое занятие № 10: Овладение техникой выполнения ведения мяча, передача и броски мяча с места.	1	
	Практическое занятие № 11: Овладение и закрепление техникой ведения и передачи мяча в баскетболе.	1	
Тема 2.2. Техника выполнения ведения и передачи мяча в движении, ведение- 2 шага-бросок	**Содержание**	**2**	
	Практическое занятие № 12: Совершенствование техники выполнения ведения мяча, передачи и броска мяча в кольцо с места.	1	
	Практическое занятие № 13: Совершенствование техники ведения и передачи мяча в движении, выполнения упражнения «ведение-2 шага- бросок».	1	
Тема 2.3. Совершенствование техники владения баскетбольным мячом	**Содержание**	**2**	ОК 08
	Практическое занятие № 14: Выполнение контрольных нормативов: «ведение – 2 шага-бросок», бросок мяча с места под кольцо.	1	
	Практическое занятие № 15: Совершенствовать технические элементы баскетбола в учебной игре.	1	
Раздел 3. Волейбол		8/8	
Тема 3.1. Техника перемещений, стоек, техника	**Содержание**	4	ОК 08
	Практическое занятие № 16: Отработка действий: стойки в волейболе, перемещения по площадке: Прием мяча. Передача мяча.	1	
	Практическое занятие № 17: Нападающий удар. Блокирование нападающего удара. Страховка. Обучение технике передачи мяча двумя руками сверху и снизу на месте и после перемещения.	2	
	Практическое занятие № 18: Отработка тактики игры: расстановка игроков, тактика игры в защите, в нападении, индивидуальные действия игроков с мячом, без мяча, групповые и командные действия.	1	
Тема 3.2. Техника подачи и приема	**Содержание**	4	ОК 08

мяча. Техника прямого нападающего удара	**Практическое занятие № 19:** Техника нижней, верхней и боковой подачи и приема подач.	2	
	Практическое занятие № 20: Совершенствование техники подач и приема подач в игре. Техника прямого нападающего удара. Разбег, выпрыгивание, замах, удар.	2	
Раздел. 4. Общая физическая подготовка		4/4	ОК 08
Тема 4. Развитие физических качеств	**Содержание**	6	ОК 08
	Практическое занятие № 21: Совершенствование развития быстроты. Многократно повторяемые с максимальной скоростью упражнения: бег за лидером, бег под уклон, бег в гору.	2	
	Практическое занятие № 22: Совершенствование развития гибкости. Выполнение различных упражнений: наклоны, мостик, махи, шпагат.	2	
Практические занятия		**32**	-
Самостоятельная работа		**8**	-
Промежуточная аттестация - зачет		**-**	-
Всего:		**40**	-

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения, оснащенные в соответствии с образовательной программой по специальности **36.02.03 Зоотехния.**

- тренажёрный зал;
- спортивные зал;
- открытые спортивные площадки.

Все помещения для реализации учебной дисциплины «Физическая культура» оснащены соответствующим оборудованием и инвентарём. Все объекты отвечают действующим санитарным и противопожарным нормативам. Спортивные залы, оснащены оборудованием: баскетбольные, футбольные, волейбольные мячи; щиты, ворота, корзины, сетки, стойки, антенны; сетки для игры в бадминтон, ракетки для игры в бадминтон, ракетки для настольного тенниса, мячи для тенниса. Оборудование тренажерного зала для выполнения силовых упражнений. гимнастическая перекладина, гимнастические скамейки, канат, мячи набивные, шведская стенка, секундомеры.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации укомплектован печатными и электронными образовательными и информационными ресурсами, для обеспечения образовательного процесса. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий или электронных изданий в качестве основного, при этом список может быть дополнен новыми изданиями.

3.2.1. Основные печатные издания

Печатных изданий нет.

3.2.2. Основные электронные издания

1. Бардамов, Г. Б. Физическая культура и спорт: учебник / Г. Б. Бардамов, К. В. Балдаев.
— Улан-Удэ: Бурятская ГСХА им. В.Р. Филиппова, 2020. — 405 с. — Текст: электронный// Лань: электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/226094. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Физическая культура и спорт студентов: учебное пособие / В. А. Бомин, А. И. Ракоца, А. И. Трегуб [и др.]. — Иркутск: Иркутский ГАУ, 2020. — 115 с. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/183498. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Андрюхина, Т. В. Физическая культура: учебник для 10-11 классов общеобразовательных организаций. Базовый уровень / Т. В. Андрюхина, Н. В. Третьякова; под ред. М. Я. Виленского. - 4-е изд. - Москва: ООО "Русское слово - учебник", 2020. - 200 с. (ФГОС. Инновационная школа) - ISBN 978-5-533-01643-8. - Текст: электронный // ЭБС

"Консультант студента": [сайт]. -URL: https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN 9785533016438.html. - Режим доступа: по подписке.

3.2.3. Дополнительные источники

1. Штейнбах, В. Л. Краткая олимпийская энциклопедия / Автор-составитель В. Л. Штейнбах. - Москва: Олимпия, 2016. - 512 с. - ISBN 978-5-906839-15-2. - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL: https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839152.html. - Режим доступа: по подписке.
2. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 N 329-ФЗ с изменениями и дополнениями: принят Государственной Думой 16 ноября 2007 года. – Текст: электронный // Консультант плюс: справочная правовая система. – Москва, 1997. – Загл. с титул. Экрана.
3. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка: научно-методический журнал - Москва, 1996. - Выходит раз в два месяца. - ISSN 1817-4779. – Текст: непосредственный.
4. Современные профессиональные базы данных (ИОС ОмГАУ-Moodle).
5. Электронно-библиотечная система «Znanium.com» http://znanium.com/
6. Электронно-библиотечная система издательства «Лань» https://e.lanbook.com/
7. Электронно-библиотечная система «Консультант студента» http://www.studentlibrary.ru
8. Справочная правовая система Консультант Плюс http://www.consultant.ru/
9. Универсальная База Данных ИВИС https://eivis.ru/

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	*Критерии оценки*	*Методы оценки*
Знания:		
психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека основы здорового образа жизни условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности)	обучающийся знает роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека обучающийся знает основы здорового образа жизни обучающийся знает условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности)	-Устные опросы на практических занятиях. -Фронтальная беседа. -Самоконтроль. -Наблюдение. -Интерпретация результатов и экспертная оценка деятельности обучающихся на практических занятиях. -Тестирование -Итоговый контроль – зачет
Умения		
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	обучающийся умеет использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей обучающийся умеет применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности обучающийся умеет пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности	-Самоконтроль. -Наблюдение. -Интерпретация результатов и экспертная оценка деятельности обучающихся на практических занятиях. -Оценка выполнения практических заданий, выполнение индивидуальных заданий, принятие нормативов. -Оценка качества знаний при сдаче зачета.