

Министерство сельского хозяйства Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Южно-Уральский государственный аграрный университет»
Институт ветеринарной медицины
Троицкий аграрный техникум

Аннотация рабочей программы дисциплины

ОГСЭ. 04 Физическая культура

общий гуманитарный и социально-экономический цикл
программы подготовки специалистов среднего звена
по специальности 19.02.07 Технология молока и молочных продуктов
базовая подготовка
форма обучения очная

Троицк
2018

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 19.02.07 Технология молока и молочных продуктов.

2. Место дисциплины в структуре ППССЗ

дисциплина ОГСЭ.04 Физическая культура входит в общий гуманитарный и социально-экономический 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. Организовывать 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 дисциплины

максимальной учебной нагрузки обучающегося 336 часов, в том числе обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 168 часов; внеаудиторной (самостоятельной) работы обучающегося 168 часов.

Форма аттестации – зачет, дифференцированный зачет.

5. 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

Тема 4.2. Футбол.

Раздел 5. Виды спорта по выбору.

Тема 5.2. Спортивная аэробика и ритмическая гимнастика.

Тема 5.3.Элементы единоборства

Тема 5.4. Настольный теннис

Тема 5.5. Дыхательная гимнастика.