

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

38.02.05 Товароведение и экспертиза качества потребительских товаров
базовая подготовка
форма обучения очная

Троицк

2022

ОГСЭ.04 Физическая культура

1. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:

Дисциплина «ОГСЭ.04 Физическая культура» является обязательной частью общего гуманитарного и социально-экономического цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 38.02.05 Товароведение и экспертиза качества потребительских товаров.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК1, ОК2, ОК3, ОК4, ОК5, ОК6, ОК7, ОК8, ОК9, ЛР1, ЛР2, ЛР3, ЛР4, ЛР5, ЛР6, ЛР7, ЛР8, ЛР9, ЛР10, ЛР11, ЛР12.

2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания:

| код | умения | знания |
|---------------------------------|--|---|
| ОК 2, ОК 3, ОК 6 ЛР 1- ЛР 12 | - использовать физкультурно - оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; | - о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни. |

3. Общая трудоемкость учебной дисциплины:

| Вид учебной работы | Очная форма обучения |
|-------------------------------|---------------------------------|
| Максимальная учебная нагрузка | 236 часов |
| Обязательная учебная нагрузка | 116 часов |
| Самостоятельная работа | 120 часов |
| Форма аттестации | зачет, дифференцированный 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.