

Министерство сельского хозяйства Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Самарский государственный аграрный университет»

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной,
воспитательной работе
и молодежной
политике Ю.З. Кирова


Ю.З. Кирова
«24» апреля 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

БД. 05 Физическая культура

Специальность 36.02.01 Ветеринария

Квалификация: ветеринарный фельдшер

Форма обучения: очная

Кинель 2023

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	3
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1 Области применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 36.02.01 Ветеринария.

Программа учебной дисциплины БД. 05 Физическая культура предназначена для изучения в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу СПО в пределах освоения ППССЗ на базе основного общего образования.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: базовый общеобразовательный цикл дисциплин.

1.3. Цели и планируемые результаты освоения дисциплины

Целью общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура» является формирование личности, наличие которой обеспечивает готовность социально-профессиональной деятельности, включение в здоровый образ жизни, в систематическое физическое совершенствование.

Код ОК, ПК	Планируемые результаты освоения дисциплины	
	Общие	Дисциплинарные (предметные)
ОК 4 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	<ul style="list-style-type: none"> - готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению; - овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности; - понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы; - принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом мнений участников обсуждать результаты совместной работы; - координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия; - осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным; - принимать мотивы и аргументы других людей при анализе результатов деятельности; - признавать свое право и право других людей на ошибки; - развивать способность понимать мир с позиции другого человека; - эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, труда и общественных отношений; - способность воспринимать различные виды искусства, традиции и творчество своего и других народов, ощущать эмоциональное воздействие искусства; - убежденность в значимости для личности и общества отечественного и мирового искусства, этнических культурных традиций и народного творчества; - готовность к самовыражению в разных видах искусства, стремление проявлять качества творческой личности; 	<ul style="list-style-type: none"> - уметь использовать разнообразные формы и виды физической деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО); - владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; - владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств; - владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности
ОК 6 Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать	<ul style="list-style-type: none"> - осознание обучающимися российской гражданской идентичности; - осознание своих конституционных прав и обязанностей, уважение закона и правопорядка; - принятие традиционных национальных, общечеловеческих гумани- 	<ul style="list-style-type: none"> - уметь использовать разнообразные формы и виды физической деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга; - владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показате-

<p>осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения</p>	<p>стических и демократических ценностей;</p> <ul style="list-style-type: none"> - готовность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам; - готовность вести совместную деятельность в интересах гражданского общества, участвовать в самоуправлении в общеобразовательной организации и детско-юношеских организациях; - умение взаимодействовать с социальными институтами в соответствии с их функциями и назначением; - готовность к гуманитарной и волонтерской деятельности; - сформированность российской гражданской идентичности, патриотизма, уважения к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, свой язык и культуру, прошлое и настоящее многонационального народа России; - идейная убежденность, готовность к служению и защите Отечества, ответственность за его судьбу; 	<p>телей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств;</p> <ul style="list-style-type: none"> - владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности; - владеть техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере; - иметь положительную динамику в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости)
<p>ОК 8 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности</p>	<ul style="list-style-type: none"> - готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению; - наличие мотивации к обучению и личностному развитию; <p>В части физического воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью; - потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью; - активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью; <p>Овладение универсальными регулятивными действиями:</p> <p>а) самоорганизация:</p> <ul style="list-style-type: none"> -- самостоятельно составлять план решения проблемы с учетом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений; - давать оценку новым ситуациям; - расширять рамки учебного предмета на основе личных предпочтений; - делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение; - оценивать приобретенный опыт; - способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень 	<ul style="list-style-type: none"> - уметь использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО); - владеть современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью; - владеть основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, динамики физического развития и физических качеств; - владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности; - владеть техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности, в сфере досуга, в профессионально-прикладной сфере; - иметь положительную динамику в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости)

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной нагрузки	Объем в часах
Максимальная учебная нагрузка (всего)	116
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	116
в том числе:	
лекции	-
практические занятия	116
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	Не предусмотрено
Консультации	Не предусмотрено
Промежуточная аттестация проводится в форме дифференцированного зачета во 2 семестре	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	
1 семестр			
Раздел 1. Легкая атлетика			
	Практические занятия 1. Высокий и низкий старт, стартовый разгон, финиширование. Бег 100 м.	2	ОК 04 ОК 06 ОК 08
	Практические занятия 2. Эстафетный бег 4×400 м, бег по прямой с различной скоростью.	2	
	Практические занятия 3. Челночный бег. Много-скоки.	2	
	Практические занятия 4. Кроссовая подготовка: равномерный бег по дистанции 2000 м (девушки) и 3000 м (юноши).	2	
	Практические занятия 5. Прыжки в длину и высоту с разбега. Метание гранат весом 500 г (девушки) и 700г (юноши).	2	
Раздел 2. Гимнастика			
	Практические занятия 6. Техника безопасности во время занятий; комплекс обще-развивающих упражнений; строевые упражнения, построения и перестроения.	2	ОК 04 ОК 06 ОК 08
	Практические занятия 7. Стока на лопатках, стойка на голове; преодоление препятствий прыжком; передвижения (фигурная маршировка); сгибание и разгибание рук в упоре лежа; подъём туловища (перекладина).	2	
Раздел 3. Волейбол			
	Практические занятия 8. Правила игры. Техника передвижения: стойки и перемещения. Учебная игра.	2	ОК 04 ОК 06 ОК 08
	Практические занятия 9. Техника владения мячом: подача сверху-снизу, прием мяча снизу двумя руками.	2	
	Практические занятия 10. Прием мяча одной рукой с последующим падением и перекатом в сторону на бедро и спину.	2	
	Практические занятия 11. Прием мяча одной рукой в падении вперед с последующим скольжением на груди и животе; подача мяча двумя руками сверху.	2	
	Практические занятия 12. Нападающий удар; блокирование.	2	
	Практические занятия 13. Техника нападения и защиты. Технические приемы и командно-тактические действия.	2	
	Практические занятия 14. Правила организации и проведения соревнований, обеспечение безопасности, судейство.	2	
Раздел 4. Баскетбол			
	Практические занятия 15. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам. Игра по правилам.	2	ОК 04 ОК 06 ОК 08
	Практические занятия 16. Техника владения мячом: ловля и передача. Учебная игра.	2	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	
	Практические занятия 17. Техника ведения мяча, техника бросков мяча в корзину (с места, в движении, в прыжке). Учебная игра.	2	
	Практические занятия 18. Техника овладение мячом: вырывание, выбивание, перехват, накрывание и защита. Учебная игра.	2	
	Практические занятия 19. Тактика нападения и защита. Технические приемы и командно-тактические действия. Учебная игра.	2	
	Практические занятия 20. Правила организации и проведения соревнований, обеспечение безопасности, судейство.	2	
Раздел 5. Ручной мяч			
	Практические занятия 21. Теоретические сведения. Правила игры и соревнований. Ловля мяча двумя руками на месте и в движении. Учебная игра.	2	
	Практические занятия 22. Передачи мяча одной рукой на короткое, среднее и длинное расстояния от плеча, сбоку, снизу и над головой. Учебная игра.	2	
	Практические занятия 23. Ведение мяча в сочетании с обводкой противника, передачами и бросками по воротам. Учебная игра.	2	
	Практические занятия 24. Ловля и передача мяча при встречном движении. Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Учебная игра.	2	ОК 04 ОК 06 ОК 08
	Практические занятия 25 Игра вратаря: отбивание и ловля мяча.	1	
	Практические занятия 26. Передачи и ловля мяча в тройках, с отскоком от пола. Бросок из опорного положения. Учебная игра.	1	
Самостоятельная работа обучающихся		-	
Практические занятия в семестре		50	
2 семестр			
Раздел 6. Футбол			
	Практические занятия 27. Техника передвижений, остановок, поворотов, стоек.	2	
	Практические занятия 28. Удары по мячу ногой и головой без сопротивления и с сопротивлением защитника.	2	ОК 04 ОК 06 ОК 08
	Практические занятия 29. Остановки мяча ногой, грудью.	2	
	Практические занятия 30. Ведения мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника.	2	
	Практические занятия 31. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.	2	
	Практические занятия 32. Действия против игрока без мяча и с мячом.	2	
	Практические занятия 33. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении.	2	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	
	нии и защите.		
	Практические занятия 34. Игра по упрощённым правилам (судейство); штрафной удар, угловой удар, пенальти.	2	
Раздел 7. Атлетическая гимнастика			
	Практические занятия 35. Упражнения без отягощений и предметов.	2	ОК 04 ОК 06 ОК 08
	Практические занятия 36. Упражнения со стандартными отягощениями (гантели, гири).	2	
	Практические занятия 37. Упражнения с партнером (в парах, тройках).	2	
	Практические занятия 38. Упражнения на тренажерах и специальных устройствах.	2	
	Практические занятия 39. Совершенствование техники выполнения упражнений круговой тренировки.	2	
Раздел 8. Гимнастика			
	Практические занятия 40. Стойка на лопатках, стойка на голове; преодоление препятствий прыжком; передвижения (фигурная маршировка). Тест на гибкость.	2	ОК 04 ОК 06 ОК 08
	Практические занятия 41. Тестирование сгибание и разгибание рук в упоре лежа; подъём туловища (перекладина).	2	
	Практические занятия 42. Выполнение упражнений для профилактики профессиональных заболеваний.	2	
	Практические занятия 43. Выполнение упражнений в чередовании напряжения с расслаблением	2	
	Практические занятия 44. Выполнение упражнений для коррекции нарушений осанки	2	
	Практические занятия 45. Выполнение упражнений на внимание	2	
Раздел 9. Волейбол			
	Практические занятия 46. Повторение техники передвижения: стойки и перемещения. Учебная игра.	2	ОК 04 ОК 06 ОК 08
	Практические занятия 47. Повторение техника владения мячом: подача сверху, снизу, прием мяча снизу двумя руками. Учебная игра.	2	
	Практические занятия 48. Повторение техники приема мяча одной рукой с последующим падением и перекатом в сторону на бедро и спину. Учебная игра.	2	
	Практические занятия 49. Повторение техники приема мяча одной рукой в падении вперед с последующим скольжением на груди и животе; подача мяча двумя руками сверху. Учебная игра.	2	
	Практические занятия 50. Повторение техники нападающего удара; блокирование. Учебная игра.	2	
	Практические занятия 51. Повторение техники нападения и защиты. Технические приемы и командно-тактические действия. Двухсторонние игры.	2	
Раздел 10. Футбол			
	Практические занятия 52. Повторение техники передвижений, остановок, поворотов, стоек. Двухсто-	2	ОК 04 ОК 06

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	
	ронные игры.		ОК 08
	Практические занятия 53. Повторение ударов по мячу ногой и головой без сопротивления и с сопротивлением защитника. Двухсторонние игры.	2	
	Практические занятия 54. Повторение остановки мяча ногой, грудью. Двухсторонние игры.	2	
Раздел 11. Легкая атлетика			
	Практические занятия 55. Прикладная физическая подготовка: полосы препятствий, кросс по пересеченной местности с элементами спортивного ориентирования.	2	ОК 04 ОК 06 ОК 08
	Практические занятия 56. Сдача контрольных тестов: бег 100 м, прыжки в длину с места.	2	
	Практические занятия 57. Сдача контрольных тестов: метание гранат весом 500 г (девушки) и 700г (юноши).	2	
	Практические занятия 58. Сдача контрольных тестов: кросс 2000 м (девушки) и 3000 м (юноши).	2	
	Практические занятия 59. Сдача контрольных тестов: сгибание разгибание рук в упоре лежа или подтягивание (юноши), поднимание туловища из положения лежа в сед (девушки), наклон вперед со скамьи (тест на гибкость).	2	
Практические занятия в семестре		66	
Самостоятельная работа обучающихся		-	
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета			
Всего		116	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

№	Вид учебной работы	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1	Практические занятия	Спортивный зал (спорткомплекс: универсальный игровой зал 36x18 м., стрелковый тир, зал тяжелой атлетики, зал шейпинга и аэробики 30x9 м) 446442, Самарская область, г. Кинель, п.г.т. Усть-Кинельский, ул. Спортивная, д. 7	Оснащенный оборудованием: баскетбольные, футбольные, волейбольные мячи; щиты, ворота, корзины, сетки, стойки, антенны; сетки для игры в бадминтон, ракетки для игры в бадминтон, оборудование для силовых упражнений (например: гантели, утяжелители, резина, штанги с комплектом различных отягощений, бодибары); оборудование для занятий аэробикой (например, степ-платформы, скакалки, гимнастические коврики, фитболы), гимнастическая перекладина, шведская стенка, секундомеры, мячи для тенниса, дорожка резиновая разметочная для прыжков и метания; оборудование, необходимое для реализации части по профессионально-прикладной физической подготовке; лыжные базы с лыжохранилищами, мастерскими для мелкого ремонта лыжного инвентаря и теплыми раздевалками; учебно-тренировочные лыжи и трассы спусков на склонах, отвечающие требованиям безопасности; лыжный инвентарь (лыжи, ботинки, лыжные палки, лыжные мази и т.п.); технические средства обучения: музыкальный центр, выносные колонки, микрофон, компьютер, мультимедийный проектор, экран для обеспечения возможности демонстрации комплексов упражнений; электронные носители с записями комплексов упражнений для демонстрации на экране.
		Спортивный корпус №9: универсальный игровой зал 48x22 м.	Оснащенность оборудованием: баскетбольные, футбольные, волейбольные мячи, щиты, корзины, сетки, стойки, антенны, шведская стенка, секундомеры, рулетка, гимнастическая перекладина, ракетки для бадминтона, скакалки, обручи, тренажеры.
		Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий	Стадион оснащенный: футбольное поле 105x66 м., запасное игровое поле 62x41 м., хоккейная коробка 61x30 м., беговая дорожка 400 м., волейбольная площадка 30x16 м., зимний каток 80x40 м.
		Стрелковый тир	Винтовки пневматические – 2 шт., пистолеты пневматический – 2 шт.
2	Самостоятельная работа обучающихся	Помещение для самостоятельной работы студентов ауд. 3310а (читальный зал)	Помещение на 6 посадочных мест, укомплектованное специализированной мебелью (компьютерные столы, стулья) и оснащенное компьютерной техникой (6 рабочих станций), подключенной к сети «Интернет» и обеспечивающей доступ в электронную информационно-образовательную среду университета

3.2. Информационное обеспечение обучения

Основные литература:

1. Агеева, Г. Ф. Теория и методика физической культуры и спорта / Г. Ф. Агеева, Е. Н. Карпенкова. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 68 с. — ISBN 978-5-

507-45936-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/292016>

2. Безбородов, А. А. Физическая культура: практические занятия по баскетболу / А. А. Безбородов, С. А. Безбородов. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 112 с. — ISBN 978-5-507-45206-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/292841> .

Дополнительные источники:

1. Щербак, А. П. Правовое обеспечение профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта в таблицах / А. П. Щербак. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 136 с. — ISBN 978-5-507-46116-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/297704>

2. Краснов, С. В. Легкая атлетика : методические указания / С. В. Краснов, Д. А. Аксенов. — Самара : СамГАУ, 2022. — 36 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/244517>

3. Методическое обеспечение учебного процесса по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту» (волейбол) : учебно-методическое пособие / Т. Н. Власова, Т. Н. Козлова, А. В. Чернецов, Л. И. Зуб. — Волгоград : Волгоградский ГАУ, 2021. — 96 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/247520>

Перечень информационно-справочных систем и профессиональных баз данных:

1. <https://e.lanbook.com>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая/профессиональная компетенция	Раздел/Тема	Тип оценочных мероприятий
ОК 04 ОК 06 ОК 08	Раздел 1 Тема 1.1,1.2,1.3,1.4,1.5 Раздел 2 Тема 2.1,2.2 Раздел 3 Тема 3.1,3.2,3.3,3.4,3.5,3.6,3.7 Раздел 4 Тема 4.1,4.2,4.3,4.4,4.5,4.6 Раздел 5 Тема 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5 Раздел 6 Тема 6.1,6.2,6.3,6.4,6.5,6.6,6.7,6.8 Раздел 7 Тема 7.1,7.2,7.3,7.4,7.5 Раздел 8 Тема 8.1,8.2,8.3,8.4,8.5,8.6 Раздел 9 Тема 9.1,9.2,9.3,9.4,9.5,9.6 Раздел 10 Тема 10.1,10.2,10.3 Раздел 11 Тема 11.1,11.2,11.3,11.4,11.5	Устный опрос; Тестирование; Зачет; Оценка выполнения практических заданий; Выполнение индивидуальных заданий; Принятие контрольных нормативов.

Рабочая программа профессионального модуля разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 36.02.01 Ветеринария.

Разработчик:
преподаватель кафедры «Гуманитарные и
естественнонаучные дисциплины»
Наталья Михайловна Чуракова



Заведующий кафедрой
канд. пед. наук, доцент
Наталья Владимировна Пудовкина



СОГЛАСОВАНО

Руководитель ОПОП СПО
канд. вет. наук, доцент
Виктор Викторович Землянкин



И.о. начальника УМУ
Марина Викторовна Борисова


