

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Специальность: 19.02.08 Технология мяса и мясных продуктов

Наименование дисциплины: ОГСЭ. 06. Физическая культура

1. Цели и задачи учебной дисциплины

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

В результате освоения учебной дисциплины Физическая культура обучающийся должен знать:

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека.
- основы здорового образа жизни.

2. Результаты освоения учебной дисциплины

Код	Наименование результата обучения	Номер и наименование темы
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Введение; 1.1; 1.2; 2.3; 4.1; 4.3; 5.2; 6.1; 8.1
ОК 3.	Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.	1.4; 2.2; 3.2; 3.3; 4.4; 5.3; 6.2; 7.2
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.	1.3; 2.1; 3.1; 4.2; 4.5; 5.1; 6.3; 7.1; 8.2

Содержание дисциплины

Введение. Физические способности человека и их развитие

Раздел 1. Легкая атлетика

Тема 1.1. Техника специальных упражнений бегуна. Техника высокого и низкого стартов

Тема 1.2. Техника бега на короткие и средние дистанции

Тема 1.3. Техника прыжка в длину с разбега

Тема 1.4. Техника эстафетного бега

Раздел 2. Гимнастика

Тема 2.1 Строевые упражнения

Тема 2.2 Общеразвивающие упражнения

Тема 2.3 Техника акробатических упражнений

Раздел 3. Лыжная подготовка

Тема 3.1. Техника передвижения на лыжах

Тема 3.2. Техника горнолыжной подготовки

Тема 3.3 Прохождение дистанции

Раздел 4. Спортивные игры (волейбол)

Тема 4.1. Техника перемещений

Тема 4.2. Техника приёма и передачи мяча сверху двумя руками

Тема 4.3. Техника приёма и передачи мяча снизу двумя руками

Тема 4.4. Техника верхней и нижней подачи мяча

Тема 4.5. Двусторонняя игра

Раздел 5. Спортивные игры (баскетбол)

Тема 5.1. Техника ведения и передачи мяча.

Тема 5.2. Комбинационные действия

Тема 5.3. Штрафные броски двусторонняя игра

Раздел 6. Спортивные игры (футбол)

Тема 6.1. Техника передвижений, остановок

Тема 6.2. Техника ведения мяча

Тема 6.3. Техника защитных действий. Двусторонняя игра

Раздел 7. Спортивные игры (настольный теннис)

Тема 7.1. Удары мяча. Парная игра.

Тема 7.2. Тактические приёмы. Парная игра.

Раздел 8. Общая физическая подготовка

Тема 8.1. Общая физическая подготовка

Тема 8.2. Профессионально - прикладная физическая подготовка