

# 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